www.laprensagrafica.com
DOMINICAL
laprensagrafica
lpg.laprensagrafica
@prensagrafica
laprensagraficavideo

LPG
NOTICIAS DE VERDAD

Prensita >28
¡PROTÉGETE DEL DENGUE!



21 DE JULIO DE 2024
AÑO CIX NO. 38,509
SAN SALVADOR,
EL SALVADOR, C. A.
$0.60
40 PÁGINAS

VENDEDORES EN LA COSTA DEL SOL AÚN SIN SOLUCIONES

LUEGO DE DOS MESES DEL DESALOJO, MÁS DE 50 COMERCIANTES SIGUEN SIN RECIBIR LO ACORDADO CON COMUNA Y SIN UN LUGAR PARA TRABAJAR > 2-3



LPG/MICHAEL HUEZO

Los comerciantes de la Costa del Sol cuyas ramadas fueron quemadas por el alcalde de La Paz Centro, Armando Jirón, continúan a la espera de alternativas para ganarse la vida. El edil fue detenido, acusado por contaminación ambiental.

MI PAÍS >8

Tour por Guazapa,

una experiencia entre naturaleza, historia y aventura



MI PAÍS >12

Exposición de Romeo Galdámez

apela a la identidad salvadoreña





MEDICINA Y SALUD

Seis hábitos

PARA RETRASAR EL ENVEJECIMIENTO CEREBRAL >18

ARTE >16

Origami,

el arte de plegar papel



TRAS DOS MESES DEL ACCIDENTADO DESALOJO, LOS COMERCIANTES AÚN NO RECIBEN LO ACORDADO CON LA COMUNA Y SIGUEN SIN LUGAR PARA TRABAJAR. LOS RESTOS DE LAS RAMADAS SIGUEN SOBRE LA PLAYA.

VENDEDORES EN COSTA DEL SOL SIGUEN SIN SOLUCIONES

Williams Sandoval
judicial@laprensagrafica.com

Concepción tiene 70 años de edad, es viuda y desde hace 40 años trabajaba como vendedora en una de las ramadas ubicadas frente al Turicentro de la Costa del Sol. De ese lugar ahora solo quedan escombros, luego que las noches del 11 y 13 de mayo de este año personal de la alcaldía de La Paz Centro, distrito San Luis La Herradura, llegó con motosierras para destruir y quemar 55 de esos negocios.

Ahora ella muestra los restos de lo que una vez fue su ramada y gracias a la cual pudo criar a sus hijos y nietos . Sigue a la espera que la Alcaldía cumpla con los acuerdos alcanzados para volver a trabajar, ya sea en ese u otro lugar. Y mientras eso llega alterna su vida laboral llevando clientes y turistas desde el boulevard Costa del Sol a otros comerciantes, o recolectando otros artículos en el estero cercano.

"Ya son casi tres meses y no nos han resuelto. Lamentamos el caso, pero estamos sin trabajo. Le pedíamos a las autoridades que nos permitieran estar acá hasta el 7 de agosto, pero se adelantaron y destruyeron todas las ramadas. Arruinaron todo", mencionó Concepción.



LPG/MICHAEL HUEZO

La zona. Los restos de las ramadas destruidas aún permanecen sobre la playa Costa del Sol.

En la misma situación se encuentra Óscar Ibáñez, vendedor cuyo local fue destruido la noche del 13 de mayo. Él cuenta que hay mucha preocupación ante la falta de oportunidades para poder laborar, tomando en cuenta que se viene la temporada alta de las vacaciones agostinas y quisieran obtener ingresos.

"Tenemos meses de no trabajar y no se ve claro si la alcaldía nos va a solucionar. El dinero se necesita, estamos a la intemperie. Queremos que agilicen su proceso porque se acerca la temporada de agosto y queremos trabajar", indicó.

El comerciante tiene tres hijos y tiene más de 15 años de laborar en las ramadas, a través de venta de comida o alquiler de espacio para los turistas. Ahora ha tenido que realizar otras actividades y buscar otros espacios para comercializar sus productos, lo que le ha afectado en las ventas.

"No nos han resuelto. Lamentamos el caso y estamos sin trabajo. Les pedíamos que nos permitieran estar hasta el 7 de agosto, pero se adelantaron y destruyeron las ramadas".

Concepción,
COMERCIANTE AFECTADA

"Nos reuníamos y hacíamos limpieza para mantener limpia la playa. Ahora ven la suciedad que el río ha sacado y ahí está. La alcaldía no hace limpieza, lo hacíamos nosotros, ahora todo es un desorden".

Yaneth Elizabeth Jiménez,
COMERCIANTE AFECTADA

El 14 de marzo de este año el director ejecutivo del Instituto Salvadoreño de Turismo (ISTU), Jesús Bran, denunció ante el Juzgado Ambiental de San Salvador a 59 dueños de ramadas ubicadas frente al Turicentro Costa del Sol por la posible afectación ambiental que generan los establecimientos comerciales, ubicados en el espacio público de la playa.

Esto hizo que el Juzgado ordenara a la Alcaldía de La Paz Centro realizar inspecciones y un plan de reubicación.

Pero en lugar de ello autorizó la destrucción y quema de 55 de las ramadas, situación por la que el alcalde de la Paz Centro, Armando Jirón, y el jefe de Catastro, César Ticas, fueron capturados por el delito de contaminación ambiental. Los restos de esos negocios aún permanecen sobre la playa de la Costa del Sol.

"Somos las personas afectadas de las orillas de la playa de la Costa del Sol y tenemos un proceso de casi tres meses que sigue sin respuestas. Nos tienen con mentiras y engaños. Nos dicen que viene la Alcaldía a resolver, pero no hace nada. Han dicho que van a pagar los daños, pero hasta la fecha nada. Esta situación nos ha compli-

IMPONEN UNA DEMANDA POR DAÑO AMBIENTAL A OTROS 6 COMERCIANTES

Realizaron una inspección para verificar si hay contaminación ambiental. Vendedores señalan que tienen permisos en regla.

El 26 de junio de este año, delegados del Juzgado Ambiental de San Salvador junto a representantes de la Alcaldía de La Paz Centro realizaron una inspección a seis locales de vendedores sobre la playa de la Costa del Sol, luego de recibir una denuncia por contaminación ambiental. En su mayoría los puestos pertenecen a pescadores artesanales.

La denuncia, interpuesta por José Obdulio Solano a través de su abogado, se debe a que ha notado que existe contaminación en esa zona de ramadas lo cual afecta al medio ambiente, además que no le han permitido tener un acceso a la playa desde su propiedad, que es una especie de parqueo y en donde también aprovecha la afluencia de turistas para comercializar.

"También tenemos esa demanda porque no tengo salida a la playa desde mi propiedad. Hemos intentado llegar a un acuerdo con ellos (comerciantes), pero piden mucho (dinero). Además, han arrojado desechos e incluso tuvieron cerdos, lo cual ha hecho un mal olor, aunque ya se deshicieron del cerdo. Es una zona turística y eso afecta a todos", dijo Solano a este medio.

EL REPORTE

En el documento de la verificación de parte del Juzgado Ambiental señalaron que se hizo la "inspección ocular de posible contaminación ambiental por construcción de piso de playa". Además, según los hechos observables, exponen que cuentan con servicios sanitarios y fosa sellada que no tiene tubería con salida al mar.

Por su parte, los comerciantes mencionaron que no existe ninguna contaminación de parte de ellos y que buscan, a través de la demanda ante el Juzgado Ambiental, un eventual desalojo. Elmer Antonio Estrada Ventura, pescador, mencionó que la demanda parte de falsedades, como mantener la basura al aire libre.



LPG/MICHAEL HUEZO

Preocupación. Comerciantes, entre ellos pescadores artesanales, dijeron que se puede tratar de un desalojo.

"Aquí trabajamos, somos pescadores, tengo 40 años de hacer esto, tengo lancha, motores, redes, trabajo de la pesca y el turismo. Dijeron que venían a una inspección, pero no dieron un documento, solo del acta que levantaron de la inspección. Es mentira que mantenemos sucio, que hacemos contaminación", mencionó.

Williams Sandoval



LPG/MICHAEL HUEZO

Afectados. Comerciantes aún esperan que la Alcaldía cumpla con los acuerdos pactados.

> **"Tenemos meses de no trabajar y no se ve claro si la alcaldía nos va a solucionar. El dinero se necesita, estamos a la intemperie. Queremos que agilicen su proceso".**
>
> **Óscar Ibáñez,** COMERCIANTE AFECTADO

11/05/24

DESTRUCCIÓN DE RAMADAS

PERSONAL DE LA ALCALDÍA DE LA PAZ CENTRO DESTRUYÓ Y QUEMÓ UNA PARTE DE LAS RAMADAS DE LOS COMERCIANTES QUE FUERON DENUNCIADOS ANTE UN JUZGADO AMBIENTAL.

cado", dijo Yaneth Elizabeth Jiménez, otra de las comerciantes afectadas.

Yaneth es madre soltera y su negocio ha servido para sacar adelante a su familia. Por ahora no tiene un trabajo seguro y está "en la rebusca" para obtener ingresos. Además, la cuestión de la suciedad del sector es algo que debe ser tomado en cuenta, pues según agregó, la afectación en la zona es notoria tras la destrucción de las ramadas, pues al estar ellos activos mantenían la zona limpia, mientras que ahora los escombros están a la interperie.

"Nos reuníamos y hacíamos limpieza para mantener limpia la playa. Ahora ven la suciedad que el río ha sacado y ahí está. La alcaldía no hace limpieza, lo hacíamos nosotros, pero ahora todo es un desorden, hay destrucción y está todo sucio", indicó.

Solamente quedaron en pie 4 ramadas de las 59 que fueron denunciadas por el ISTU, pero en ella s no hay nadie trabajando, pues debido a la destrucción de la zona los turistas prefieren ir a otros lugares para consumir productos o alojarse, lo que también les afecta.

SILENCIO DE ALCALDÍA

LA PRENSA GRÁFICA buscó al alcalde en funciones de La Paz Centro, Steven Efigenio Arias, para conocer cómo avanza el tema de los acuerdos con los comerciantes y la compensación económica. Sin embargo, mencionó a través de una trabajadora de la municipalidad que no están interesados ni darán su postura al respecto.

El 23 de mayo de este año delegados de esa municipalidad se reunieron con abogados de la Unidad de Defensa de Derechos Humanos y Comunitarios de El Salvador (Unidehc), en representación de los comerciantes afectados y alcanzaron los siguientes acuerdos, según tuvo acceso LA PRENSA GRÁFICA:

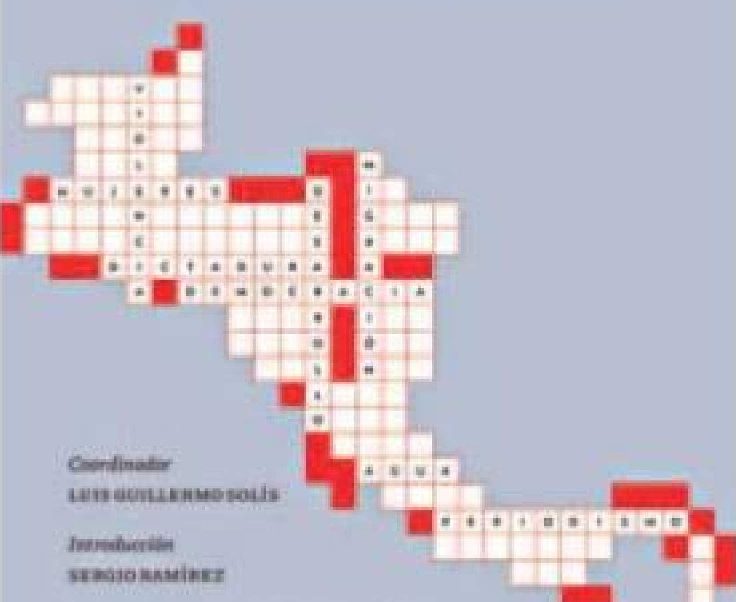
"Entrega de los bienes muebles que se encuentran en el lugar del desalojo para su posterior retiro (que tuvo que llevarse a cabo el 24 y 26 de mayo); la creación de una comisión multifuncional conformada por distintas unidades municipales y representación de las personas afectadas por la destrucción de las ramadas; y la determinación del Concejo Municipal para una compensación económica".

El documento está firmado por la asesora jurídica de La Paz Centro, Gladis del Carmen Alfaro; el Secretario Municipal Adjunto, Rony Erasmo Santillana; y la representante legal de los comerciantes, Ivania Cruz. El viernes 12 de julio la Unidehc presentó, a través de un escrito a la municipalidad, las estimaciones de cada uno de los vendedores referente a la compensación económica, pero hasta la fecha no han tenido respuesta.

En lo que respecta al edil Armando Jirón y l jefe de Catastro, César Ticas, la Cámara de la Tercera Sección del Centro de San Vicente emitió el 13 de junio medidas sustitutivas a la detención tras el pago de una fianza de $10,000, situación que se hizo efectiva, según confirmaron fuentes cercanas a la municipalidad. Sin embargo, hasta el cierre de esta nota, la Dirección General de Centros Penales no había otorgado la libertad a los funcionarios.

Novedades literarias

Estos son algunos de los libros que ya están disponibles en el país.



1 Radiografía de la región

Las cuentas de Centroamérica (Debate, 2024) ofrece una aproximación a la realidad centroamericana contemporánea. Y reune distintas voces de diferentes áreas, bajo la coordinación del expresidente costarricense Luis Guillermo Solís.



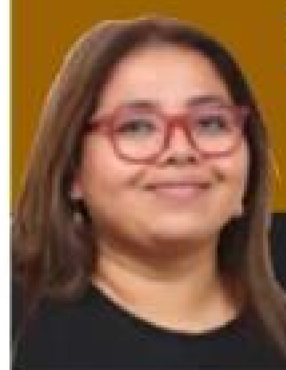
2 Conmoción histórica

Esta novela de Margareth Atwood publicada en 1996, narra uno de los asesinatos y juicios más seguido del siglo XIX en Canadá, cuando Grace Marks, de dieciséis años, es declarada cómplice de participar en los asesinatos de su patrono y su amante.

+ RESEÑA LITERARIA

"Y la culpa no era suya"

Cristina Rivera Garza, en El invencible verano de Liliana, construye un homenaje a su hermana víctima de feminicidio. Pone nombre a lo que antes no lo tenía y exorciza su dolor en un libro ganador del premio Pulitzer de memoria.



Por Irma Cantizzano
cultura@laprensagrafica.com



Liliana Rivera Garza fue asesinada por su ex novio en julio de 1990, tenía 20 años. Era estudiante de arquitectura y planeaba irse a estudiar su maestría a Europa, tenía ganas de volar. Pero a su expareja no le pareció que ella volara. La mató.

En El invencible verano de Liliana (Literatura Random House, 2021) la escritora Cristina Rivera Garza reconstruye el feminicidio de su hermana. El libro es un homenaje a la vida de Liliana, una denuncia a las instituciones de justicia, porque nunca la hubo; el culpable nunca fue capturado. Es un ensayo sobre la sociedad machista y una forma de exorcizar el dolor que ha marcado su vida y la de su familia desde hace más de 30 años.

El libro ha ganado el premio Javier Villaurrutia de escritores para escritores en 2021, y este año ganó el premio Pulitzer de memoria, porque es una "mezcla memorias, periodismo de investigación feminista y biografía poética unidos con una determinación nacida de la pérdida", reseñaba la institución al dar el galardón.

En el libro, la autora desgrana como vivió ella el caso desde su lugar de hermana mayor; como lo procesaron sus padres, qué implicó entender lo que sucedió y, sobre todo, la culpabilidad, esa de no haber podido darse cuenta de que algo le podía suceder, y no haber podido protegerla.

"El dolor que no se separa, ni un milímetro de la culpa o la vergüenza....¿Con qué derecho pueden exigir justicia al Estado cuando no fueron capaces, ellos mismos, de guarecer a los suyos, a la suya, del peligro?"

Pero el libro además es un compendio para entender la violencia machista, patriarcal que persigue hasta el día de hoy a las sociedades latinoamericanas, y también la importancia de nombrar a lo que antes era innombrable.

"A gran parte de los feminicidios que se cometieron antes de esa fecha se le llamó crímenes de pasión. Se le llamó andaba en malos pasos. Se le llamó ¿para qué se viste así? Se le llamó una mujer siempre tiene que darse su lugar. Se le llamó algo debió haber hecho para acabar de esta forma. Se le llamó sus padres la descuidaron. Se le llamó la chica que tomó una mala decisión. Se le llamó, incluso, se lo merecía. La falta de lenguaje es apabullante, la falta de lenguaje nos maniata, nos sofoca, nos estrangula, nos dispara, nos desuella, nos cercena, nos condena".

Rivera Garza cuenta como después de 30 años quiso abrir la causa, encontrar el expediente del caso; como después de 30 años pudo abrir las cajas y leer todo lo que su hermana escribía en su diario, en sus cuadernos, en las notitas que dejaba para los amigos porque las repetía y repetía hasta quedarán perfectas con esa letra de futura arquitecta. Fue como un trabajo antropológico el revisar esas notas y ubicarlas en el tiempo, poder hablar con sus amigos y saber cómo ellos la recordaban; de poder sentir el cariño, reconstruir sus últimos momentos.

Además, explica (para los que aún no entienden) esa "rabia" de las mujeres al salir a protestar en un país en el que no pueden vivir. "Mujeres siempre a punto de morir. Mujeres muriendo y, sin embargo, vivas".

Rivera Garza, muestra también los entresijos de la burocracia y la acusación, el dedo acusatorio siempre sobre ellos y la víctima. Hay una frase que dice acerca de un juicio de un feminicidio, donde el acusado y culpable había dicho que la muerte había sido autoinflingida: "Nadie le creyó. O, mejor dicho, sólo le creyeron los que siempre creen que las mujeres asesinadas son culpables de la violencia que las mató".

Y no, no es una novela, y tampoco un libro fácil, pero un libro necesario para eliminar la "ceguera social", que "ha contribuido al asesinato de cientos de miles de mujeres en México y en el mundo".

La autora

Cristina Rivera Garza es escritora, traductora y crítica. Es profesora distinguida y fundaddora del doctorado de escritora creativa en español de la Universidad de Houston. Algunos de sus libros han sido Autobiografía del algodón, Grieving y Dispatches from a Wounded Country.





LA UFG PROMUEVE UN ENFOQUE NEUROCIENTÍFICO EN CHARLAS DE ACOMPAÑAMIENTO FAMILIAR Y EDUCATIVO

La Universidad Francisco Gavidia (UFG) ha puesto en marcha iniciativas clave para promover una colaboración efectiva entre los pilares educativos familiares y escolares, entendiendo que la sinergia entre ambos no solo mejora el rendimiento académico de los estudiantes, sino que también influye significativamente en su futuro personal y profesional.

A través del Centro Universitario de Neurociencia (CUN) , la UFG proporciona charlas especializadas dirigidas a instituciones de Educación Media. Estas conferencias, fundamentadas en conocimientos neurocientíficos, están diseñadas para promover una colaboración eficaz entre padres y educadores, facilitando que los jóvenes tomen decisiones informadas sobre su futuro académico y profesional.

Es así como el Director Ejecutivo del CUN, M.sc. José Rodolfo Pérez, dio inicio a estas intervenciones a través de la charla **Importancia del acompañamiento de los padres en la educación de sus hijos**, impartida en una escuela para padres de familia. En este espacio formativo, se buscó sensibilizar a los padres de familia sobre la importancia de la coeducación familia-escuela, en pro de mejorar el desempeño académico y las habilidades socioemocionales de los jóvenes en la Educación Media, con miras a gestionar un futuro académico exitoso en su Educación Superior.

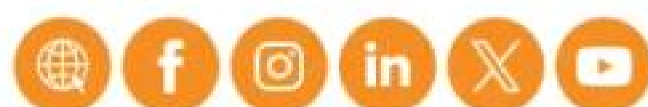
Por medio de esta nueva iniciativa, la UFG ofrece charlas y abre espacios de diálogo sobre temas críticos y relevantes, como el uso responsable de tecnologías y redes sociales, el desarrollo de habilidades socioemocionales, y la prevención del *bullying y ciberbullying*. Estas charlas están disponibles para los colegios que las requieran, demostrando así el compromiso de la UFG en apoyar a la Educación Media mediante un enfoque técnico y basado en evidencias.

La generación de vínculos sólidos entre la Educación Media y la Educación superior es necesaria para el desarrollo integral de los jóvenes entre una etapa y otra. La sinergia creada por la UFG gracias a estas iniciativas no solo fortalece el rendimiento académico, sino que también potencia las habilidades socioemocionales y prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos de la Educación Superior y su futura vida profesional, promoviendo así un futuro prometedor para las nuevas generaciones.

¿QUIERES CONOCER MÁS? ESCÚCHANOS EN RADIO PUNTO 105 (105.3 FM)

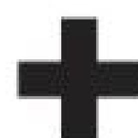
Miércoles 24 de julio | 5:00 p.m. | Programa Al Cierre con Wendy Hernández y Alex Pineda

COMPARTE TUS COMENTARIOS CON #**CATEDRA**UFG





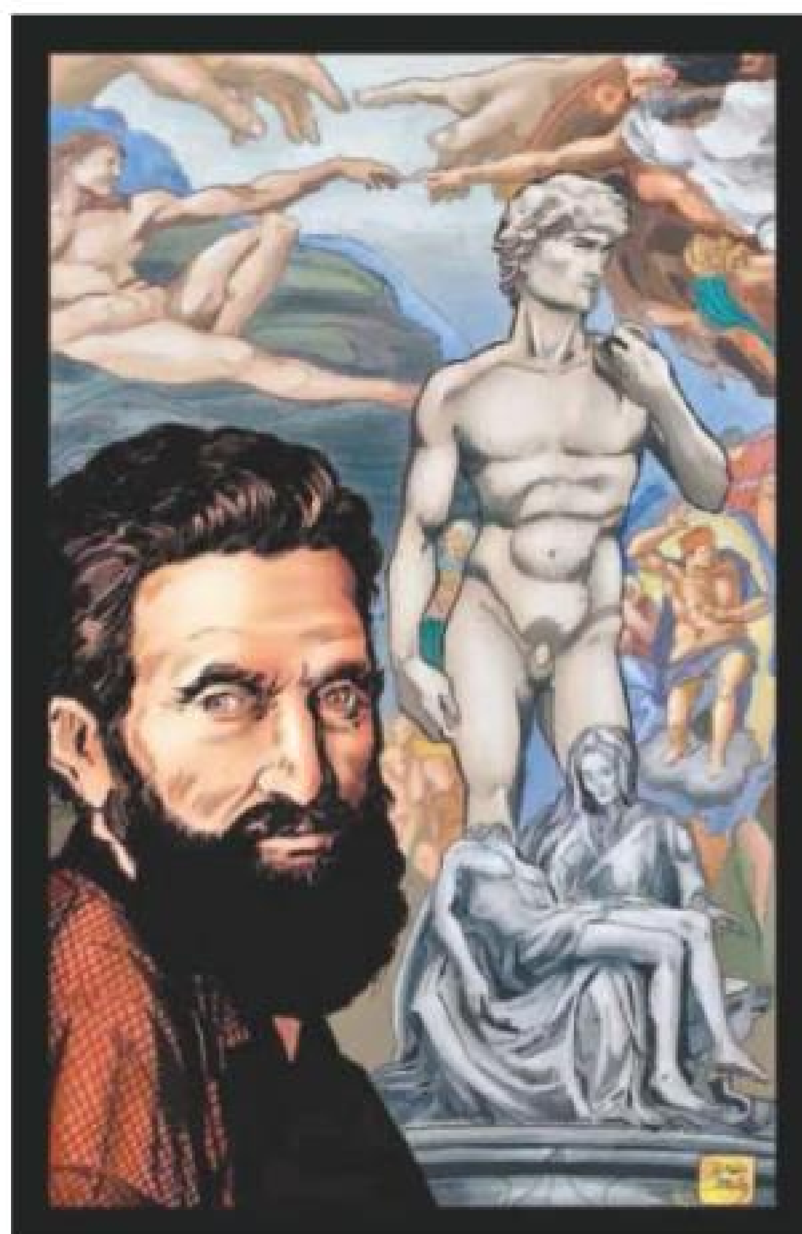


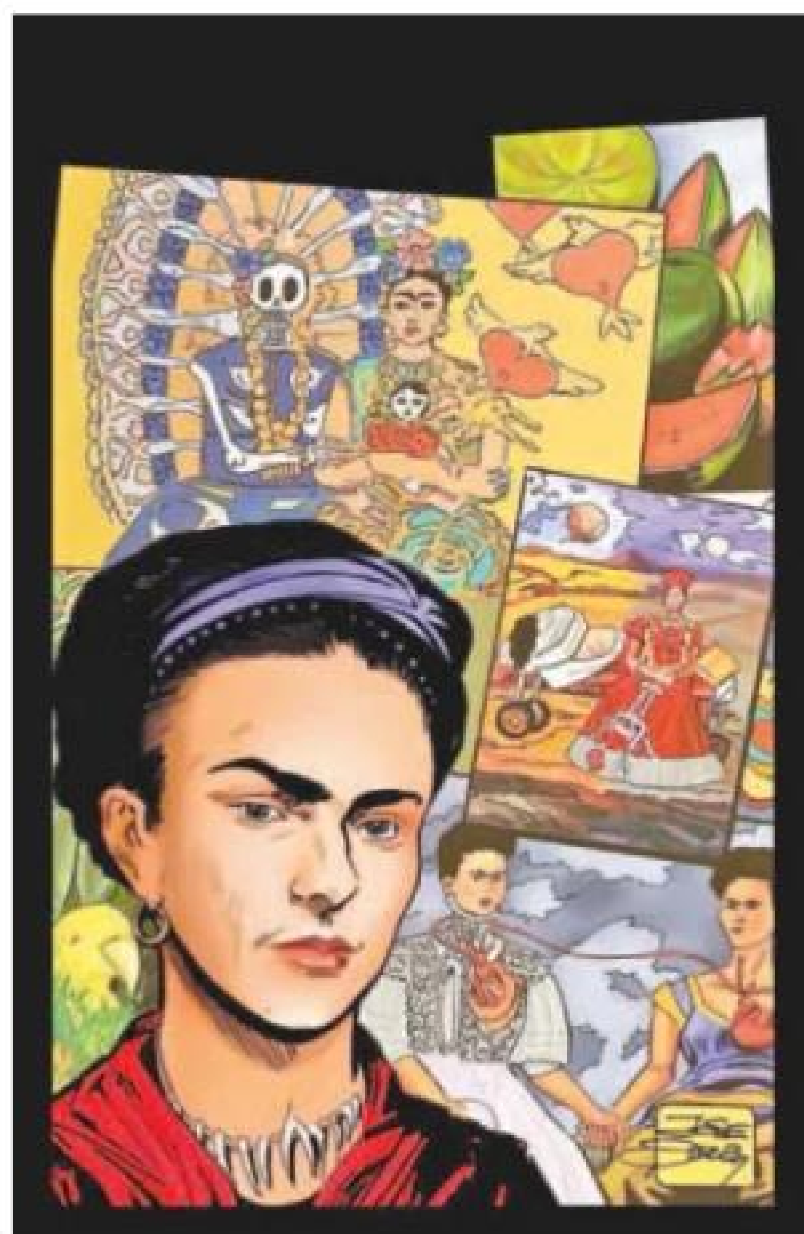


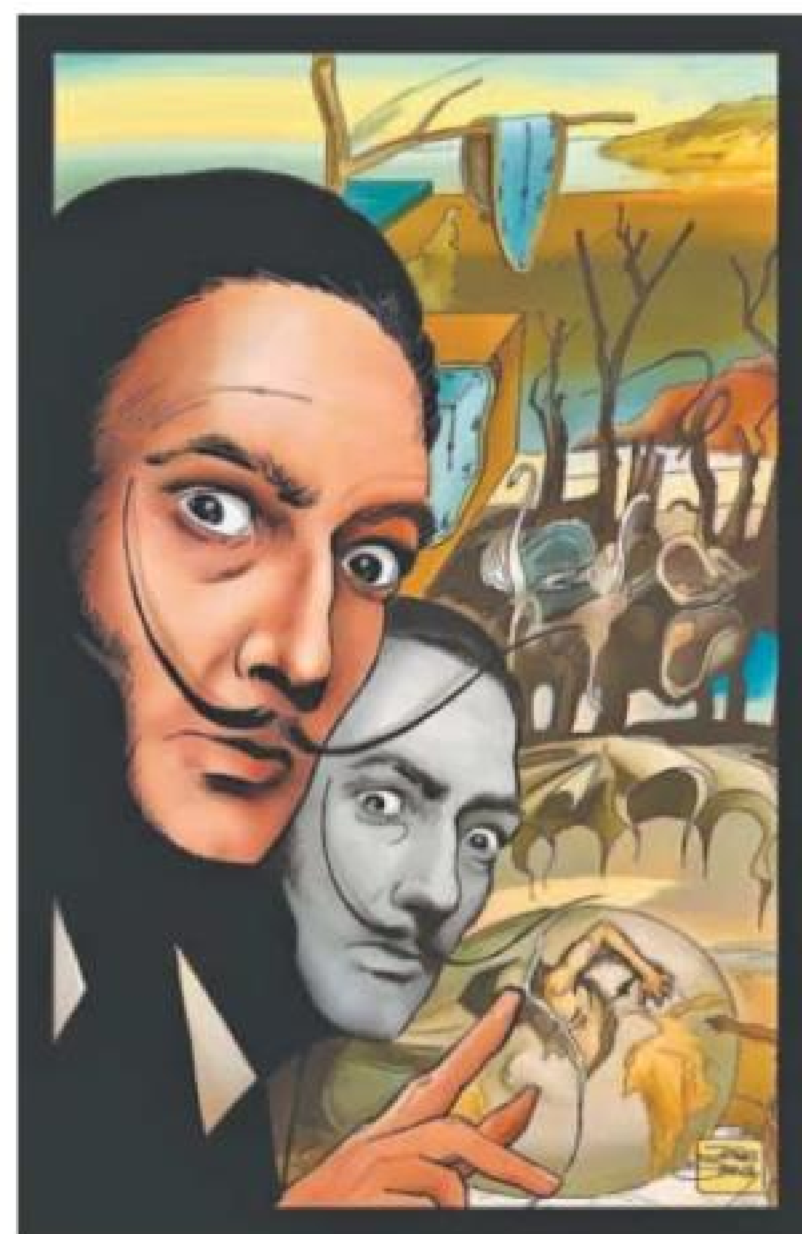


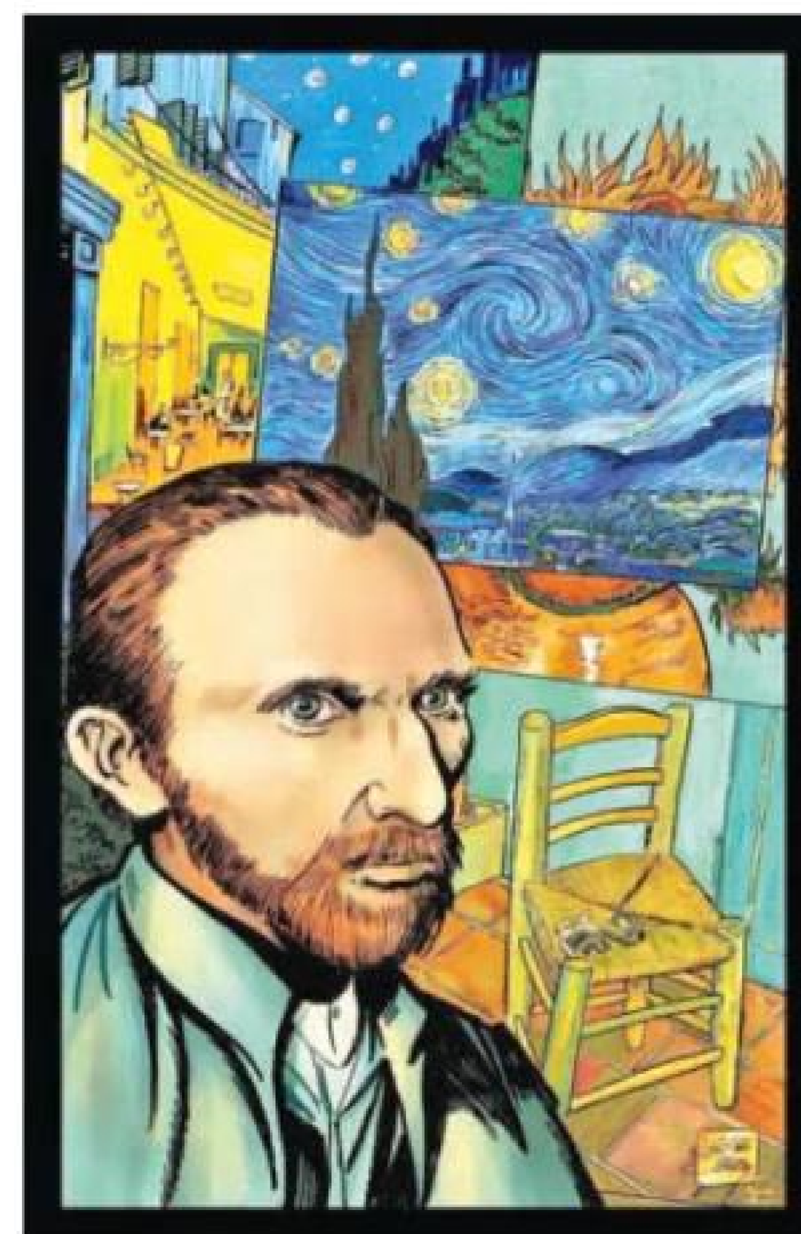
“The Masters” serán subastados este martes

Kahlo, Dalí y Van Gogh figuran entre las piezas de arte digital de José Delbo que se subastarán esta semana.









Subasta. "The Masters" es un tributo de Delbo (1933-2024) al legado duradero de estos gigantes del arte, asegurando que su influencia continúe inspirando a nuevos artistas alrededor de todo el mundo.

LPG/CORTESÍA

EFE
fama@laprensagrafica.com

La colección "The Masters", el homenaje digital del recientemente fallecido dibujante de cómics y artista visual argentino José Delbo a maestros como Frida Kahlo, Salvador Dalí, Paul Cézanne, Vincent van Gogh o Miguel Ángel será subastada a partir del 23 de julio, anunció su agencia.

La colección "The Masters", preparada poco antes de su fallecimiento el 5 de febrero a los 90 años, comprende 10 piezas en honor a Paul Cézanne, Vincent van Gogh, Frida Kahlo, Miguel Ángel y Salvador Dalí.

El famoso creador argentino de "Tokens No Fungibles (NFT)", definidos como activos digitales certificados mediante la tecnología blockchain, centró su atención en celebrar los iconos del arte tradicional y trabajó meticulosamente en estas piezas durante un período de tres años.

Estos artistas, cuyas obras han marcado el curso de la historia del arte, están representados con un retrato de perfil, rodeados de sus creaciones más famosas.

Además, la colección incluye cinco ediciones clásicas en el estilo blanco y negro característico de Delbo, que muestran su versatilidad y dedicación al arte.

La subasta de la colección "The Masters", que durará cuatro días, tendrá lugar el próximo 23 de julio en Nifty Gateway, una plataforma de subastas en línea de arte digital, anunció la agencia Apollo Entertainment.

La subasta contará con una combinación de formatos, incluida una subasta clasificada para las cinco ediciones y una subasta cronometrada para las piezas individuales.

Los ganadores de las ediciones individuales también recibirán una impresión de la obra de arte con calidad de museo, lo que realza aún más el carácter de coleccionismo, indica el comunicado.

"The Masters" es un tributo de Delbo (1933-2024) al legado duradero de estos gigantes del arte, asegurando que su influencia continúe inspirando a artistas de todo el mundo, indica el comunicado.

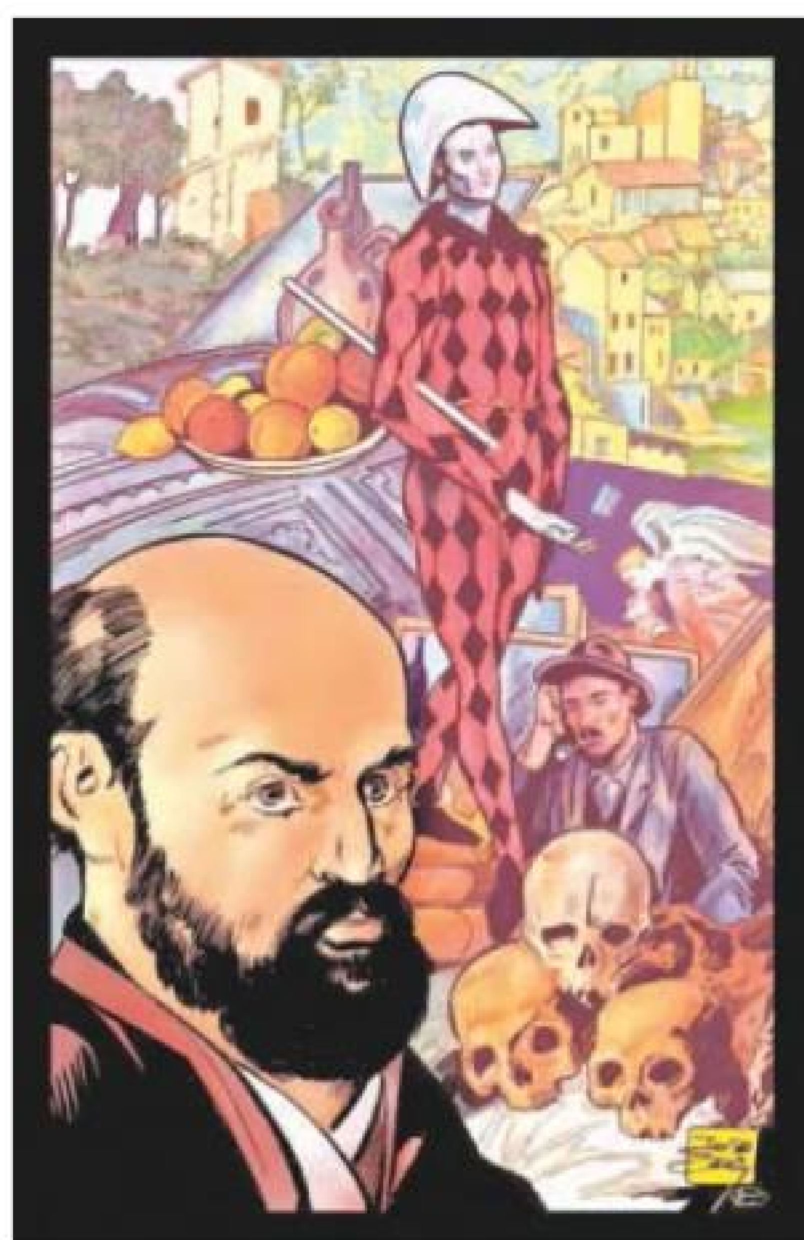
Nacido en Buenos Aires, Delbo se embarcó en "un viaje artístico extraordinario con solo 16 años", convirtiéndose en una figura apreciada tanto en la industria del cómic como en el floreciente espacio NFT durante sus últimos años y estuvo marcada por "la innovación y un profundo amor por el arte".

Delbo encontró el éxito en los Estados Unidos inspirándose en los wésterns de vaqueros para crear clásicos como Billy the Kid, Judge Colt y The Lone Ranger.

Su trabajo se extendió a adaptaciones televisivas, incluidas The Twilight Zone, The Brady Bunch y Buck Rogers, entre otras.

En la década de 1980, Delbo se convirtió en un referente del mundo del cómic, contribuyendo a las aventuras de superhéroes como Superman, Batman y Aquaman y creando personajes como el Capitán Planeta y los Planeteers.

También trabajó con clásicos de dibujos animados como 101 Dálmatas de Disney, La Sirenita, el cómic Yellow Submarine de los Beatles y el superhéroe de la NFL, Superpro, que acompañaba a Spiderman en su lucha contra el crimen en la gran ciudad.



2020

En julio de 2020, su carrera dio un giro cuando lanzó su primera obra de arte digital en blockchain en forma de un cómic digital original de 43 páginas llamado "Death... No Escape" (Muerte... No hay escapatoria).

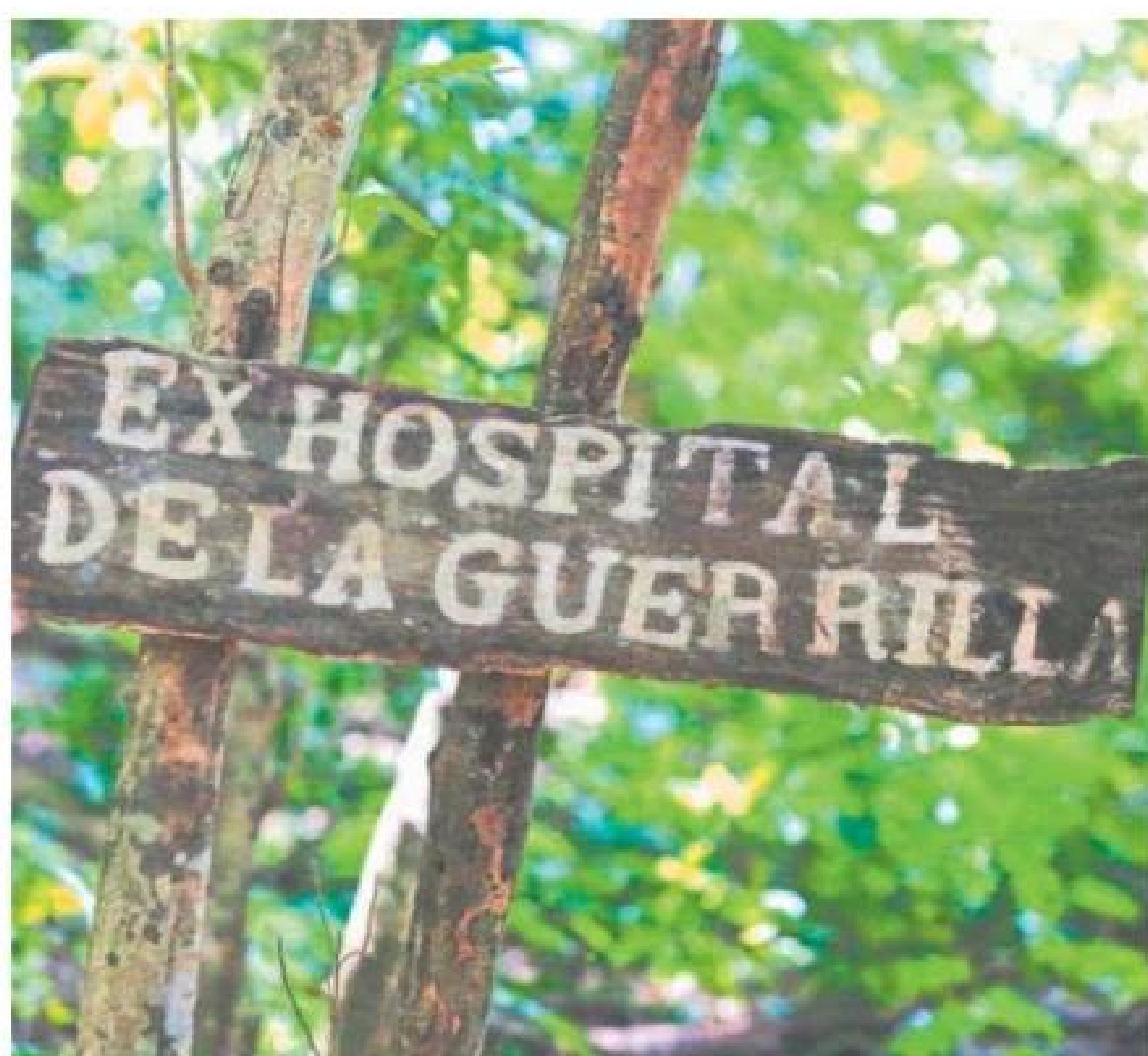
2022

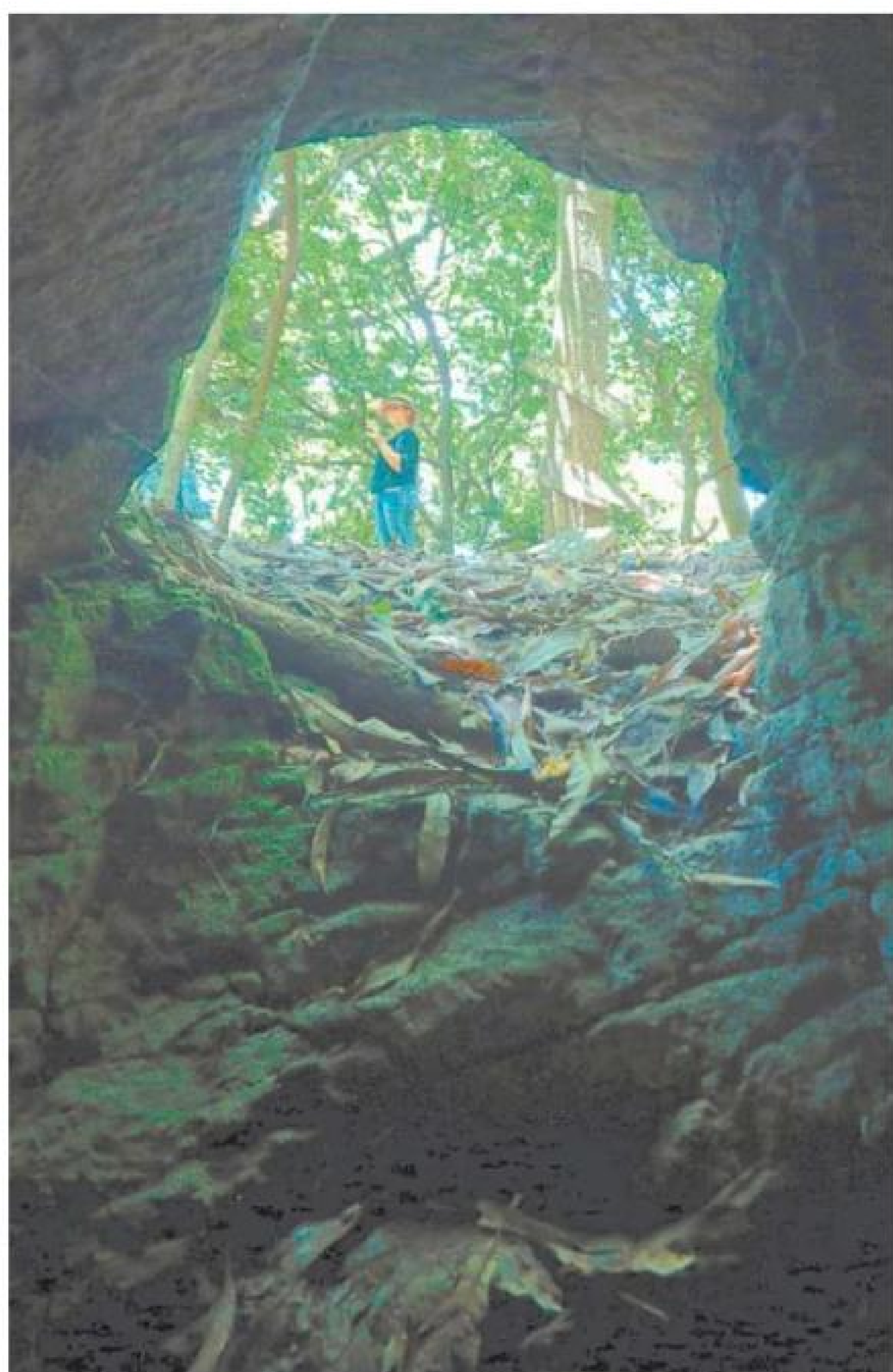
La colección "The Masters" junto con otros NFT, se exhibieron por primera vez durante la exposición inaugural de NFT en la galería Christies de Dubai en 2022.





Cementerio. Durante el recorrido, los turistas podrán observar tumbas que han quedado como recuerdo silencioso de lo que el cerro vivió en la época de la guerra civil salvadoreña.





Rastros. Vista desde uno de los tatús, que eran un tipo de cueva bajo tierra creada por los guerrilleros para refugiarse del ejército.

Tour por Guazapa: una experiencia entre naturaleza, historia y aventura

RECORRIDOS HISTÓRICOS O DE AVENTURA SON PARTE DE LAS ATRACCIONES QUE OFRECE GUAZAPA TOURS, UNA INICIATIVA DE TURISMO RURAL COMUNITARIO A LAS ORILLAS DE UN CERRO DONDE SE GUARDAN CIENTOS DE HISTORIAS.

LPG/MICHAEL HUEZO

Blanca Archila
cultura@laprensagrafica.com

Caminar por senderos y disfrutar de vistas increíbles, desconectarse de la rutina en una cabalgata, con la opción de elegir entre la historia o la adrenalina. Esa es parte de la oferta turística que ofrece Guazapa Tours.

Ubicados en el kilómetro 7 de la carretera Suchitoto-Aguilares, en la comunidad el Sitio Zapotal, Suchitoto, es el punto de partida hacia el volcán Guazapa, ahí un grupo de habitantes se dedica a los recorridos guiados, donde uno de los objetivos del proyecto es el rescate de la memoria histórica.

Orlando Barrera es un habitante de la zona, exmiembro de la guerrilla y ahora guía local. Asegura conocer el Cerro de Guazapa como "la palma de su mano" y ahora es uno de los principales guías con los que cuenta Guazapa Tours.

Recibe al grupo en el museo. Un espacio de memoria histórica dividido en cinco partes: el origen de la comunidad, la historia precolombina, la historia del maíz, fauna y flora, y por último la historia del conflicto armado.

Luego de dar la bienvenida a los turistas y un pequeño recorrido por el museo, alista su equipo para subir a la montaña: machete, radio, linterna, binoculares y una mochila donde lleva agua. Continúa dando las recomendaciones generales para el turista, sugiere llevar zapatos y ropa cómoda, gorra para el sol, protector solar y repelente para insectos.

2005

Para el año 2005 nació la iniciativa Guazapa Tours dedicada al turismo rural comunitario que ha permitido generar ingresos a los habitantes de la zona.

Hay dos formas de realizar el recorrido, una de ellas es la cabalgata a caballo, que se ha vuelto muy popular, la otra es caminando. Cualquiera que tome el turista le permite disfrutar de la vista entre montañas y un paisaje natural lleno de árboles.

Desde el año 2005 nació esta iniciativa de turismo rural donde participan varios miembros de la comunidad. Esa población que en 1993 se formó en la zona mayoritariamente por los combatientes y sus familias afectadas por la guerra civil salvadoreña.

Barrera explica que la ruta principal que ofrecen a los turistas llega hasta los 700 metros de altura, se recorren cerca de 3 kilómetros hacia arriba y otros 3 hacia abajo. En ella se hacen varias paradas: el museo, la estación del maíz, el mirador natural, el cementerio, la escuelita, los tres tatús y el campamento guerrillero, cada una tiene una historia que el guía va narrando para los visitantes.

Además de ese camino histórico, Guazapa Tours cuenta con "la extrema", un recorrido que llega hasta la parte más alta del cerro 1,120 metros, que implica aproximadamente 20 kilómetros en total.

CONTINÚA EN LA PÁGINA 10

VIENE DE LA PÁGINA 9

"Nosotros le decimos extremo y ahí damos otras recomendaciones. Requiere buena condición física, ir preparado psicológicamente para subir y vencer el reto. En esa incorporamos un almuerzo ligero. Ese recorrido no se hace en medio día, necesitamos más tiempo, pero la aventura extrema está garantizada" explica Barrera.

El experimentado guía reconoce que la mayoría de sus visitantes son extranjeros, en ellos hay mucho más interés sobre qué pasó en El Salvador, cómo se vivió la guerra civil en la zona y conocer la historia de la Mujer Dormida, que se forma en el Cerro de Guazapa y se aprecia desde algunos puntos de la carretera.

También hay mucho interés por conocer y explorar lo que una vez fue un volcán activo que quedó ubicado entre los departamentos de San Salvador y Cuscatlán. El sitio ideal para aventureros que busquen realizar senderismo o acampar.

UN SITIO HISTÓRICO

Uno de los elementos más atractivos del recorrido son los tatús, cuevas pequeñas o refugios subterráneos que tenían diferentes usos, según explica Barrera, los escondites secretos eran utilizados para protegerse de bombas o ametrallamientos durante la época de la guerra.

"Hay de dos maneras, tatú para defensa de bombardeos y ametrallamiento, y tatú clandestino, que es un escondite. El tatú para defenderse de bombardeos a lo público, cerca de las casas, cerca de los caminos, no es nada secreto, pero el tatú escondite secreto estaba lejos de caseríos, lejos de los caminos, en los lugares más difíciles donde no podía pasar el ejército y servían para dejar heridos que salían afectados y no podían caminar, entonces se metían al tatú", revela.

Aunque ahora son cuevas invadidas por los murciélagos, su historia es importante y genera mucha curiosidad. El guía tiene que entrar con su lámpara y revisar que no haya ningún peligro. Cuando todo está seguro el turista puede ingresar. Adentro el olor del tatú es entre tierra y antigüedad, la oscuridad inunda el espacio.

"Guazapa tenía características que eran bien difíciles, entonces para eso servían esos escondites secretos, la población civil los utilizó en su momento. En el 86 hubo mucha persecución, la gente tuvo que utilizar esos tatús, pero era muy difícil para los niños, adentro hay oscuridad y calor", agrega Barrera.

Rodeado de cultivos, diversas especies de fauna y flora, el Tour a Guazapa garantiza una visita perfecta si se busca practicar turismo ecológico. Si desea más información puede contactar al número 7638-2874 con los encargados.

El proyecto turístico además de beneficiar a la comunidad con empleo e ingresos, tiene un objetivo claro, la lucha por la memoria histórica y el reconocimiento a sus víctimas. Barrera plantea que muchos salvadoreños murieron en la zona y siguen sin ser identificados, por lo que teme que puedan olvidarse.

"Guazapa prácticamente es un cementerio, hay tumbas por todos lados, colectivas e individuales, y todos los difuntos ahí están, no se ha hecho un proceso de exhumación y ubicarlos en un lugar, eso sería ideal para el rescate de la historia, ubicar a todas estas personas en un lugar, tratar de identificarlas, ponerle su nombre, la fecha en que fallecieron, se corre el riesgo que cuando nuestra generación ya no esté, si no se toma una medida, ya nadie va a saber que pasó aquí", lamentó.

"Hace unos años no se hacía nada de turismo en Guazapa. Un día reunimos a unos jóvenes y dijimos, miren, aquí hay una oportunidad, este lugar tiene potencial, tenemos historia, estamos nosotros, podemos hacer algo. Y así empezamos de cero con los recorridos"

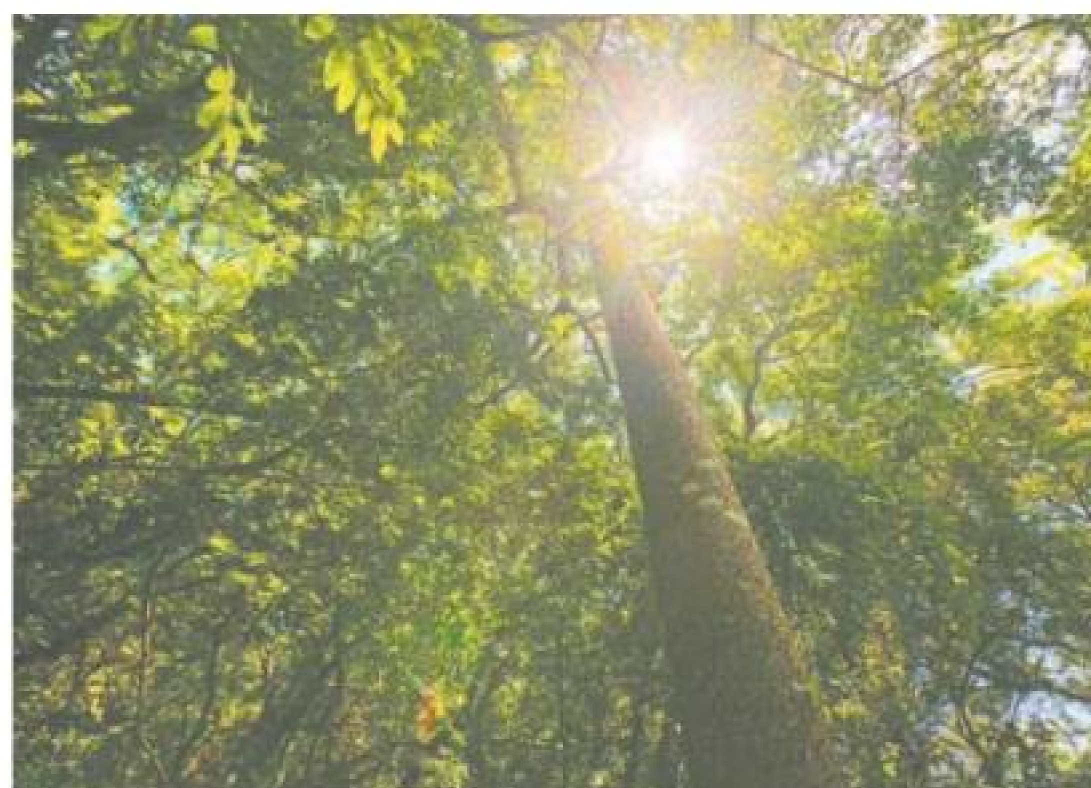
Orlando Barrera, GUÍA DE GUAZAPA TOURS.



LPG/MICHAEL HUEZO







Tours disponibles. Guazapa Tours organiza recorridos guiados durante cualquier día del año. El turista puede optar por una caminata o cabalgata. Subir a media altura el cerro, un tour de 6 kilómetros o el "extremo" al punto más alto, con 20 kilómetros en total. Si desea más información puede contactar a Orlando Barrera, guía local al 7638-2874.



"Kakegurui", todo lo que se sabe del live action de Netflix

Netflix confirmó que está preparando el live action del anime de "Kakegurui". ¿De qué trata? Aquí te contamos todo lo que necesitas saber.

GDA/El Comercio, Perú
fama@laprensagrafica.com

En un paisaje donde las adaptaciones live-action de animes a menudo flaquean, Netflix emerge como un líder audaz con su último proyecto: "Kakegurui".

En este emocionante relato, el equilibrio de poder en un internado de élite es desafiado por la llegada de Yumeko, una estudiante transferida de Japón. Dotada de un oscuro secreto y una habilidad inigualable para los juegos de azar, Yumeko se convierte en el centro de atención del poderoso Consejo Estudiantil. Su búsqueda de venganza amenaza con trastornar completamente la jerarquía de la escuela.

Elenco estelar y talentoso

La serie está dirigida y escrita por Simon Barry, reconocido por su trabajo en series de renombre como "Warrior Nun" y "Bad Blood". Con un reparto lleno de estrellas que incluye a Miku Martineau, Ayo Solanke, Eve Edwards, Clara Alexandrova, Hunter Cardinal, Anwen O'Driscoll, Aviva Mongillo y Ryan Sutherland, "Kakegurui" promete cautivar a los espectadores con sus actuaciones magistrales.

Inspirada en un fenómeno global

Desde su debut en 2014 de la mano de Homura Kawamoto y Toru Naomura, "Kakegurui" ha encantado a los lectores con su intriga y suspenso. La serie animada, producida por MAPPA en 2017, llevó el fenómeno a nuevas alturas de popularidad. Con esta nueva adaptación, Netflix se embarca en un viaje para llevar la esencia del manga y el anime al emocionante mundo del live-action.

Fecha de estreno y más detalles por revelar

Aunque la fecha de estreno aún no ha sido anunciada, la producción está en marcha y promete entregar una experiencia que dejará a los espectadores al borde de sus asientos. Con cada vez más detalles que se revelarán en el futuro, "Kakegurui" se perfila como una de las próximas joyas de la plataforma de streaming.

¿De qué trata el anime "Kakegurui"?

"Kakegurui" es un anime que gira en torno a una prestigiosa academia privada llamada Academia Hyakkaou. Sin embargo, esta escuela no es típica en absoluto; en lugar de destacar por logros académicos, la jerarquía y el estatus social se determinan a través de habilidades en los juegos de azar. Los estudiantes más exitosos en estos juegos son reverenciados como los líderes, mientras que aquellos que pierden enfrentan una vida de humillación y servidumbre. La historia sigue a Yumeko Jabami, una nueva estudiante en la Academia Hyakkaou. A primera vista, parece una chica tranquila, pero bajo esa apariencia se esconde una obsesión por la emoción del juego y un talento natural para el juego estratégico. Yumeko rápidamente desafía el orden establecido de la escuela, desafiando a los líderes estudiantiles y participando en juegos cada vez más peligrosos y retorcidos.

La serie explora temas como la manipulación, la obsesión, el poder y la corrupción, todo mientras ofrece una montaña rusa de emoción y suspenso. A medida que Yumeko se sumerge más en el mundo oscuro de la Academia Hyakkaou, los secretos de los estudiantes y las maquinaciones detrás de escena comienzan a revelarse, llevando la serie a giros inesperados e intensos.



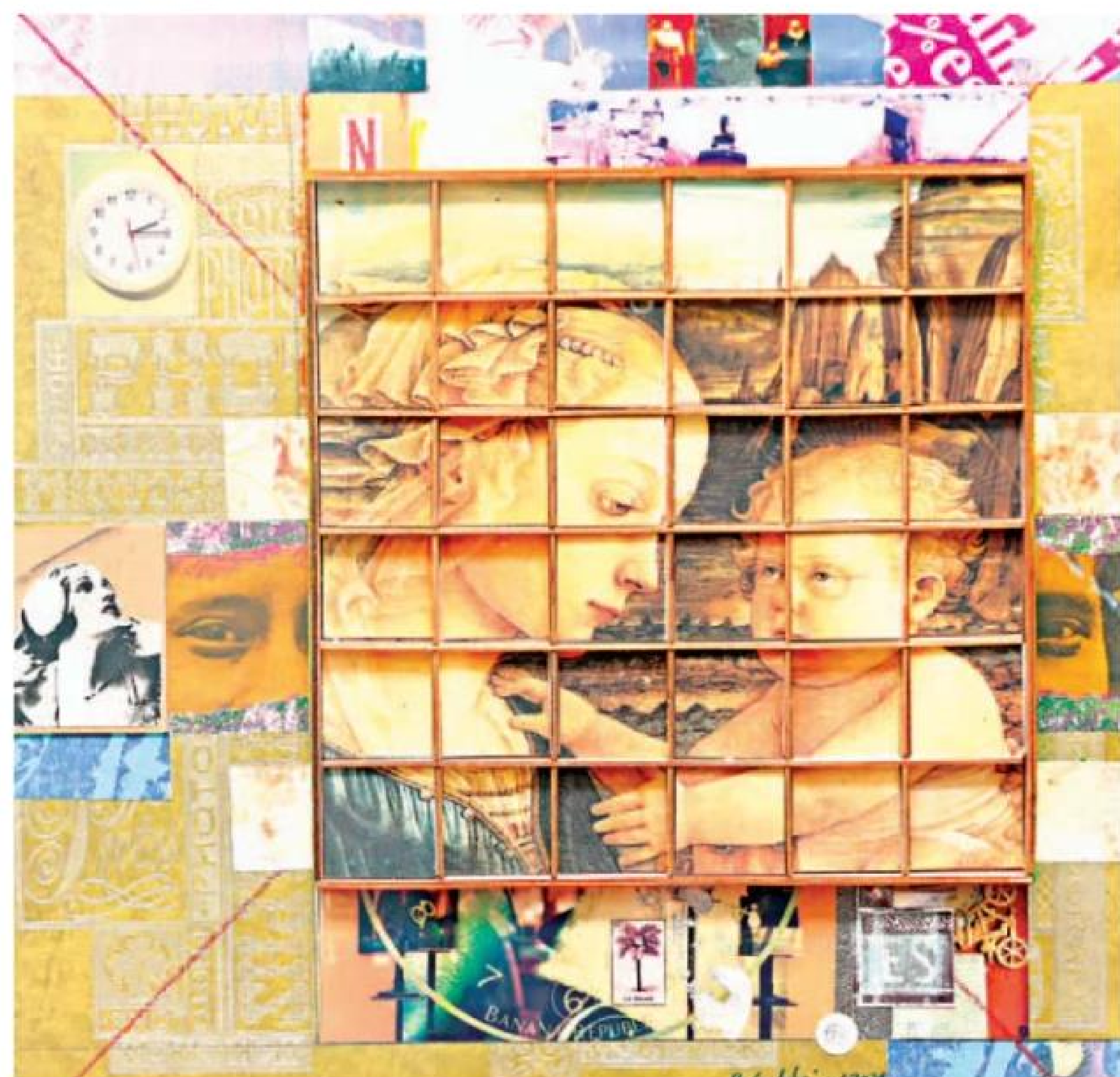
Sobre el artista

Jesús Romeo Galdámez nació en 1956 en Cinquera, Cabañas, El Salvador. Estudió el Bachillerato en Artes Plásticas en el Centro Nacional de Artes de San Salvador en 1974. Obtiene la licenciatura en Artes Pláticas en la Universidad Federal do Rio Grande do Sul, en Porto Alegre, Brasil en 1979. Residió en México por más de dos décadas y desde ahí incursionó frecuentemente en el mundo artístico de Canadá y Estados Unidos. Actualmente reside en El Salvador.

Ha exhibido su obra en forma individual en más de 30 ocasiones en Brasil, El Salvador, Uruguay, Canadá, Estados Unidos y México. Ha participado desde 1976 en exposiciones colectivas internacionales en más de 200 ocasiones en Latinoamérica, Estados Unidos, Canadá, Europa, Japón, Corea del Sur y Australia. Ha realizado tres murales de gran formato en espacios públicos en México y El Salvador. Su obra integra colecciones públicas y privadas en Latinoamérica y el Caribe, Usa, Canadá, Europa, Japón y Australia.

Exposición artística apela a la identidad salvadoreña

Una muestra con varias obras que evidencian la transformación cultural, junto a la nostalgia por la identidad salvadoreña, a través de la óptica de un artista de trayectoria que ha recorrido diferentes ciudades del mundo y ha podido crear su propio estilo.



LPG/LUIS MARTÍNEZ

Inspiración. Galdámez recopila imágenes y objetos que toma de la historia y vida social de contextos latinoamericanos e internacionales.

Blanca Archila
cultura@laprensagrafica.com

"Es un concepto alternativo", explica Romeo Galdámez sobre su reciente trabajo, la muestra "@quí Territorios de la Memoria" recién inaugurada en el hotel Hyatt Centric de San Salvador.

Son 38 obras de arte contemporáneo donde explora las temáticas de identidad nacional y globalidad. Utilizando collages, arte encontrado (ready mades), ensamblado y yuxtaposición de imágenes. Los cuadros de esta exposición tienen su propio encanto y originalidad en cada uno de los detalles, revisados minuciosamente por el experimentado artista.

Para esta serie, Galdámez utiliza diversos materiales, desde papel, madera, canvas, pintura acrílica, oleo, fotografías y hasta espejos.

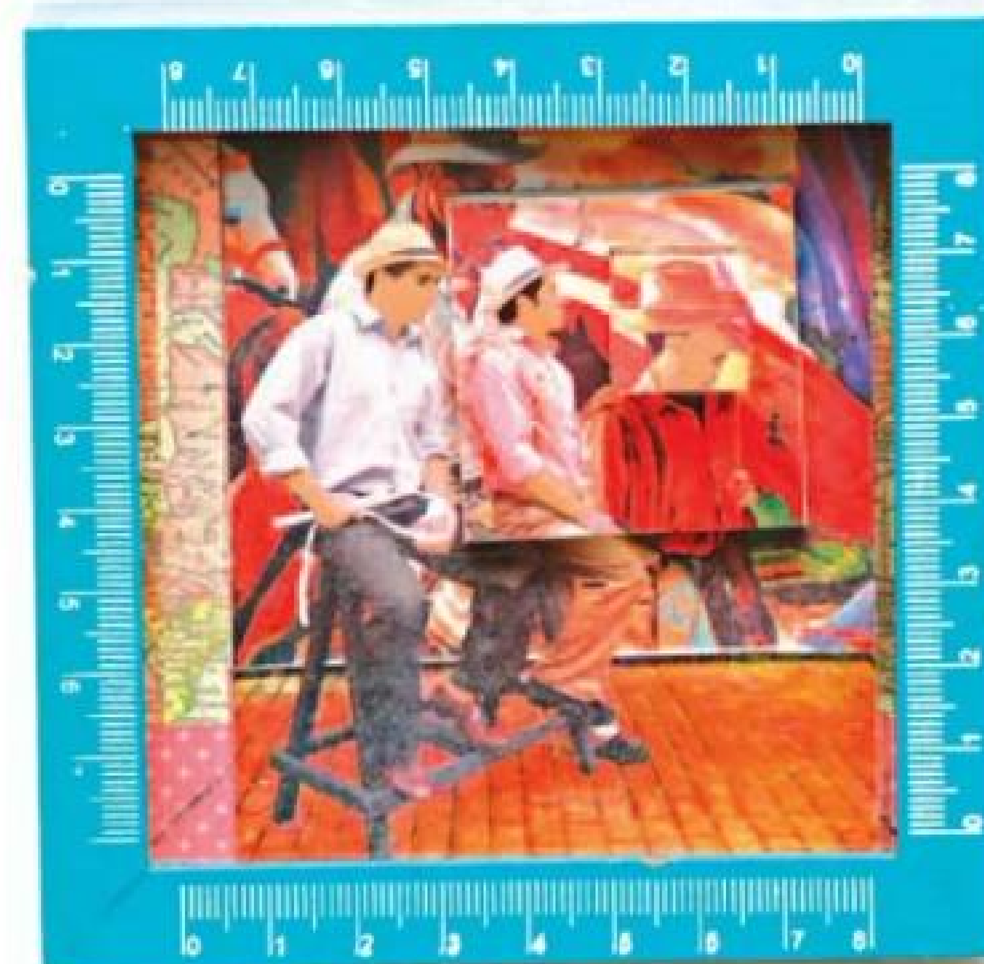
"Yo tenía una serie que ya había trabajado, pero estaba en proceso, sobre el tema de la reminiscencia de San Salvador antiguo, de antaño. Entonces en esas micro piezas inclusive tienen las medidas como territoriales, como cartografías con registros del centro histórico de hace 100 años", dijo.

El artista ha estado fuera de El Salvador la mitad de su vida. Fungió por varios años como gestor cultural en gobiernos anteriores y ahora, con una larga trayectoria y un cúmulo de aprendizajes, está listo para presentar su trabajo.

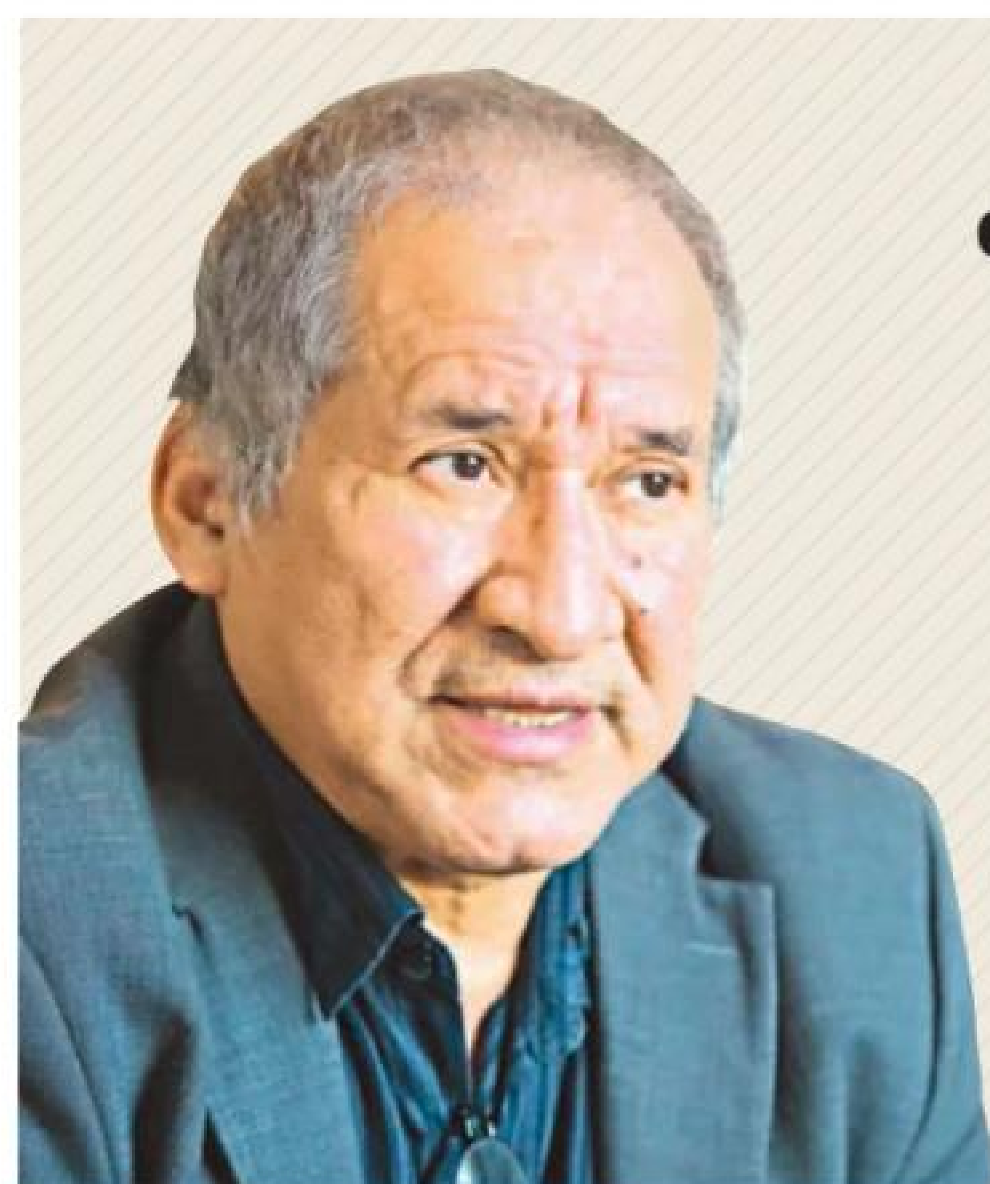
"He estado tras bambalinas, siempre produciendo arte por demanda. Ahora jubilado y luego de tantos años trabajando en la promoción de otros artistas, puedo tomarme el tiempo de hacer lo que quiero con mis piezas", dijo.

En esta exposición, Galdámez crea y recopila imágenes y objetos que retoma de la historia y vida social de contextos latinoamericanos e internacionales. En su proceso









"Yo manejo un collage donde dialogan imágenes de nuestra identidad con los salvadoreños, de mesoamericanos con nuestra historia, nuestra herencia cultural. Este símbolo de Hollywood, que también tiene mucho que ver en el entorno cultural y con el arte universal"

Romeo Galdámez, ARTISTA SALVADOREÑO.



Trayectoria. Ha presentado su obra artística en forma individual en más de 40 exposiciones en Brasil, El Salvador, Uruguay, Canadá, EUA y México.

de reapropiación iconográfica, produce una obra, a manera de relato contemporáneo que registra como un collage, donde coexisten signos de las identidades nacionales, junto a la globalización.

"Lo que yo quería hacer también es ese reencuentro con lo que hemos sido. En un contexto donde es El Salvador de hoy. Entonces, es muy atrevido el concepto para el contexto salvadoreño, es decir, postmoderno, pero hay estudiosos de mi obra que lo relataban como tal. Otros dicen que es un arte pop latinoamericano", declaró.

Galdámez se define como un artista multifacético y abierto. Acostumbrado a escuchar a otros colegas, comprenderlos y exponer sus necesidades.

Él también ha sido docente universitario en el extranjero. Ahora comparte con emoción su trabajo, que llega en una etapa que describe como "importante y trascendental" en su vida.

"Mi obra evoluciona a través de la exploración, reapropiaciones territoriales, recomponiendo fragmento de identidad y memoria", dijo.

La exposición "@quí territorios de la memoria" estará abierta al público hasta el domingo 25 de agosto, en el tercer nivel del Hyatt Centric.

38 OBRAS

En diferentes tamaños integran la exposición "@quí territorios de la memoria" de Romeo Galdámez, donde incorpora elementos de la identidad salvadoreña con la globalización.

"Lucila", una novela sobre Gabriela Mistral

Esta fascinante novela arranca durante el último viaje de la poeta chilena Gabriela Mistral a su amado Valle de Elqui.


LPG/ARCHIVO

El libro. La novela sobre la vida de la poeta chilena ganadora del premio Nobel, Gabriela Mistral.

EFE
cultura@laprensagrafica.com

Consciente del aumento de interés en Chile por la premio Nobel de Literatura Gabriela Mistral, la escritora, también chilena, Patricia Cerda, se sumerge en la vida de esta "libre pensadora y feminista" en el libro "Lucila", nombre real de esta maestra de profesión que "cayó en el olvido".

Cerda (Concepción, 1961) vive desde 1986 en Alemania, donde ejerce su profesión de Doctora en Historia en la Universidad Libre de Berlín, ciudad donde nació la idea de abordar el último viaje a Chile antes de fallecer en Nueva York de Lucila Godoy, esa joven maestra que se transformó en una de las artistas más importantes de la primera mitad del siglo XX.

Pero, según lamenta Cerda, la figura de esta poeta, diplomática y Premio Nobel de Literatura (1945) sufrió los embistes políticos y sociales de su Chile natal, así que en "Lucila" -publicada por B de Block- hay un "deseo de justicia", algo que la autora no sabía que iba a experimentar cuando decidió emprender esta novela en la que contó con los testimonios de algunas de las protagonistas, como Gilda Péndola.

"Me contó muchas cosas o más bien reafirmó las cosas que yo ya sabía", palabras con las que Cerda se refiere a una de las dudas que sobrevuelan sobre la maternidad de Mistral, es decir, que Yin Yin fue su hijo, y no su sobrino, como baraja una de las hipótesis más extendidas.

En concreto, en "Lucila" el lector acompaña a Mistral y la periodista Doris Dana en su último viaje al chileno Valle de Elqui, donde nació, un destino en el que aflorarán sus recuerdos con su madre y su hermana, en esa tierra en la que se crió.

Pero también recorre sus visitas y estancias en España, México o Brasil: "para dejarla hablar a ella tuve que investigar, leer sus cartas, leer sus recados, pero realmente saber cómo pensaba fue para mí una condición para que esta novela funcionara", reconoce.





Origami, el arte de plegar papel

YA SEA CON FINES EDUCATIVOS, TERAPÉUTICOS O COMO UN PASATIEMPO, EL ORIGAMI HA PERMANECIDO DESDE QUE SE INVENTÓ EL PAPEL EN CHINA Y PROSPERÓ COMO UN ARTE EN JAPÓN. Y AUNQUE SU PRÁCTICA CADA VEZ ES MENOR, EN EL SALVADOR HAY PERSONAS QUE HAN ASUMIDO LA TAREA DE NO DEJARLO DESAPARECER.



Apasionada. Astrid Lindo practica el origami desde que era tan solo una niña.

Jose Carlos Molina
cultura@laprensagrafica.com

Doblar hojas de papel con las manos, sin tijeras ni pegamento. Esa es la forma pura del origami o papiroflexia, una expresión artística que, sin ser más antigua que la pintura o la escultura, acumula una existencia de siglos, si bien catalogada como un arte menor.

En El Salvador, aunque no es práctica común, sí hay aficionados que la realizan e incluso la enseñan a otros, como es el caso de Club de Origami El Salvador, una iniciativa que nació cerca del año 2010 con solo dos personas, Julián Victoria y Enrique Ramírez, quienes trabajaban en la Universidad Centroamericana (UCA) y vieron la oportunidad de difundir la técnica y llevarla a más personas.

Una de ellas fue Astrid Lindo, quien a sus 66 años de edad sigue igual de apasionada por el origami como cuando era pequeña. "Desde niña hacía origami y toda la vida lo he hecho, algunos periodos con más intensidad que otros", rememora.

Y aunque para ella el origami se volvió una actividad solitaria que disfrutaba, no fue hasta que llegó al club, por medio de Carlos Aguilar, a quien considera el mejor origamista de El Salvador, que conoció a personas que compartían su misma pasión y propósito.

"Éramos cuatro, Julián Victoria, Enrique Ramírez, Carlos Aguilar y yo, los que en ese momento nos reuníamos en la UCA, y desde entonces ha entrado y salido gente", cuenta la origamista, quien menciona que tiempo después su casa se convirtió en el lugar de encuentro.

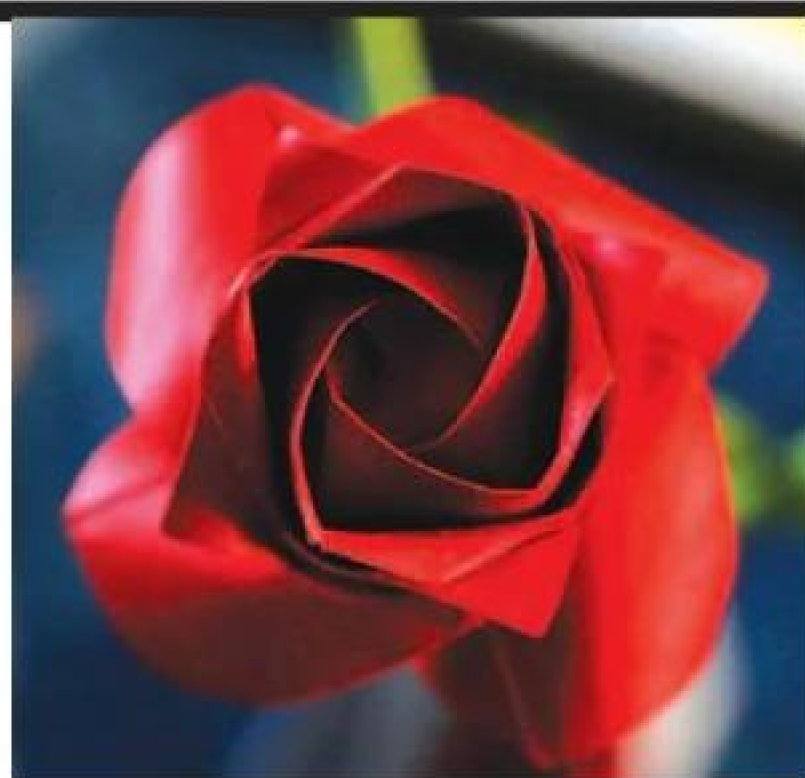
Alrededor de 15 personas han formado parte del club, algunas de ellas venidas de los talleres que Astrid Lindo impartía gratuitamente en la Universidad de El Salvador (UES) antes de jubilarse, donde también organizó varias exposiciones. Incluso han si-



"El origami es el arte más accesible, porque todo lo que se necesita es papel, nada más. Y aún así con todas sus complejidades es el arte más barato"

Astrid Lindo, ORIGAMISTA SALVADOREÑA

DESARROLLO. EL ORIGAMI SE INICIÓ CON EL PAPEL Y SE HA IDO DESARROLLANDO CON MÁS RAPIDEZ DESDE FINALES DE LA DÉCADA DE LOS 60 HASTA NUESTROS DÍAS.









LPG/LUIS MARTÍNEZ



Figuras. El origami es una forma de arte tan antigua como el mismo papel que permite realizar cualquier tipo de forma o figura.



Destreza. La técnica permite trabajar piezas de todo tamaño. Todo está en la destreza manual.

do parte de eventos como la Nuit Blanche y espacios como CentrArte.

SIMBOLISMO

La dinámica del club es descrita por Astrid como "un grupo de amigos que se juntan a plegar", además de convertirse en una forma de terapia para canalizar las emociones, reducir el estrés y traer beneficios a la salud mental.

También el practicar origami tiene un valor espiritual y conexión emocional, o por lo menos así lo es para Astrid Lindo. Según cuenta, hay una leyenda japonesa que dice que si una persona dobla mil grullas de papel se le cumple un deseo profundo del corazón, algo que ella lo ha integrado a su vida. "Cuando mi mamá estaba enferma, que ya sabíamos que no le faltaba mucho para morir, yo le hice las mil grullas para que cuando se fuera, se fuera en paz; y cuando la enterramos esas grullas se fueron con ella", comparte.

"Como club de origami, para la pandemia hicimos una campaña de mil grullas; le decíamos a la gente que nos mandaran sus deseos con respecto a la pandemia y nosotros hacíamos las grullas y en las alas escribíamos los deseos de cada uno hasta que completamos las mil", menciona la origamista.

ENSEÑANZA

Para Astrid Lindo, el origami desde un enfoque educativo es una actividad que ayuda a los niños a desarrollar su motricidad fina, control de emociones, capacidad de atención, concentración, creatividad y memoria.

"Ayuda a muchos aprendizajes; se puede aprender mucho de matemática y geometría a través del origami como herramienta educativa", asegura.

Parte de esta perspectiva la ha retomado Griselda Girón, artista plástica y miembro del Club de Origami El Salvador desde 2016. Girón es una de las alumnas de los talleres que Astrid Lindo impartió en la UES.

La joven de 35 años se ha dedicado a enseñar origami a niños mediante cursos, con el objetivo de difundir la técnica combinándola con la literatura, el dibujo y la pintura, que imparte en diferentes instituciones como el Liceo Francés, la Academia Británica Cuscatleca, la Alianza Francesa y la BINAES.

"He visto el cambio de temperamento en los niños, su forma de ser y cómo canalizan su energía", revela Girón, quien también ha podido llegar al público adulto a través de talleres en empresas que solicitan este tipo de actividad como arteterapia.

HISTORIA

El origami es una forma de arte tan antigua como el papel y su invención en China y su llegada a Japón, país donde se propicia su práctica y se diversifica.

De acuerdo con Astrid Lindo, el origami se complejiza más a su llegada a Japón y se utiliza para cuestiones ceremoniales. "En ese tiempo el papel era un artículo de lujo, no cualquiera tenía acceso, entonces era un arte de las élites y los samurái", explica.

Luego el papel se abarata y se hace más accesible a las clases sociales, lo que populariza el origami en Occidente. "Todo esto se va transmitiendo de generación en generación, no había nada escrito", afirma Lindo.

"¿Cómo llega el origami a Occidente? Algunos dicen que a través de los viajes de Marco Polo y otras versiones dicen que llegó por medio del mundo árabe, que está más cerca de Asia. Lo probable es que haya llegado por varias vertientes, unas antes que otras", destaca.

Una de las figuras más notables es Akira Yoshizawa, considerado el padre del origami moderno, quien inventó un lenguaje y simbología propia a la papiroflexia, además de crear nuevas figuras en tres dimensiones y técnicas como el plegado en húmedo.

"Él nos aportó ese lenguaje que es el que ha permitido que ahora haya libros de origami y también muchas figuras nuevas", expresa Lindo.

También está el pedagogo alemán Friedrich Fröbel, creador de la educación preescolar, quien incorporó el origami en sus técnicas de enseñanza, siendo adoptado rápidamente por los japoneses.



Artista. Griselda Girón mezcla esta técnica con la literatura y la pintura.

MEDICINA Y SALUD



ACEITUNAS CONTRA OBESIDAD Y DIABETES

Tips Salud

LAS TASAS DE SOBREPESO Y OBESIDAD SIGUEN AUMENTANDO EN TODO EL MUNDO. El reciente descubrimiento de las propiedades de un compuesto de las aceitunas llamado ácido elenólico indica que puede reducir los niveles de azúcar en la sangre e impulsar la pérdida de peso por lo que podría ayudar a mejorar el tratamiento de la obesidad y la diabetes.

SEIS HÁBITOS PARA RETRASAR EL ENVEJECIMIENTO CEREBRAL

Todo parte del ejercicio constante y una alimentación saludable. La actividad física también mejoraría la función cognitiva, pero hay otros factores.

GDA/EL TIEMPO, COLOMBIA
salud@laprensagrafica.com

Ver personas mayores de 80 años yendo de acá para allá ya no sorprende. Es que en las últimas décadas la expectativa de vida aumentó. Y una de las claves para alcanzar y transitar de la mejor manera la adultez es evitando el deterioro cognitivo. Para propiciar dicho anhelo, el secreto es mantener el cerebro joven.

Alejandro Andersson, médico neurólogo y director del Instituto de Neurología de Buenos Aires, considera sano un cerebro cuando "recibe y procesa de manera exitosa la data del medio que nos rodea a través de la vista, el oído, el equilibrio, el olfato, el gusto y la sensibilidad". Y sobre todo, si "crece y madura con normalidad, envejece libre de enfermedades y de forma paulatina, y aprende y elabora respuestas", añade el médico.

El deterioro cognitivo es inevitable. En términos de Andersson, tiene que ver con un proceso gradual y natural "que implica cambios y transformaciones a nivel biológico, psicológico y social que se manifiestan con el paso del tiempo y que están ligados tanto a una elección de vida individual como a factores intrínsecos de cada uno". Se estima que el cerebro suele alcanzar su madurez alrededor de los 20 y 24 años y luego, de forma paulatina y de acuerdo al estilo de vida y la genética, se acelera en mayor o menor medida.

Sumado a ello, el médico neurólogo y director del Instituto Breyna y de la Unidad de Accidentes Cardiovasculares del Sanatorio Güemes, Conrado Estol, especifica que el cerebro siempre va a envejecer a medida que pasan los años: "No se trata de un hecho prevenible, el objetivo es lograr que se mantenga vital con el correr del tiempo".

Algunos presentan olvidos; otros, falta de memoria, también están quienes tienen mayores dificultades para aprender. Estas primeras evidencias se dan de forma sutil y de a poco. Estol detalla que, puntualmente a los 70 años, "el cerebro tiene aproximadamente 10 % menos de volumen que una persona joven". Y, a medida que avanza la vida, "suele disminuir la atención y la concentración", agrega el neurólogo.

Estos cuadros pueden generar angustia y desesperar, no obstante "son propios del avance de los años y se les puede hacer frente si se adoptan hábitos tales como la práctica regular de ejercicio físico y la de juegos de mesa", menciona Andersson. De lo contrario, suma el experto, pueden aparecer enfermedades como la demencia y el alzhéimer, que "están relacionadas



DIETA AYUDA RETRASAR EL ENVEJECIMIENTO DEL CEREBRO

UNA DIETA DE ALTA CALIDAD DESDE LA JUVENTUD HASTA LA MEDIANA EDAD PODRÍA PRESERVAR LA FUNCIÓN CEREBRAL EN LA VEJEZ, según un estudio que ha durado casi siete décadas y que destaca la importancia de una alimentación saludable que ayudar a prevenir la enfermedad ingeriendo vegetales de hoja verde, frijoles, frutas enteras y granos enteros.

CONSEJOS PARA PONER EN PRÁCTICA:

A continuación, los especialistas consultados brindan una serie de consejos para garantizar la juventud del cerebro.

1 Entrenar a diario

●"El 70 % de nuestra juventud cerebral depende de la actividad física más que de la cognitiva", sostiene Apud. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una persona adulta y sana debería practicar al menos 150 minutos semanales de ejercicios aeróbicos de intensidad moderada como también de fortalecimiento muscular.

●Para Estol, "está demostrado que aquellos que caminan más semanalmente tienen un menor riesgo de demencia". De acuerdo con los especialistas, la actividad física libera el estrés, la ansiedad y propicia el pensamiento creativo; además, debido al aporte de endorfinas, propicia felicidad y mejora el estado de ánimo.

2 Aprender algo nuevo

●"Todos los días hay que sumar conocimiento nuevo, sea un idioma, un concepto. No hay restricciones", resalta Andersson. Para Estol también es importante mantenerse activo con actividades que causen satisfacción y placer, como puede ser un hobby o los juegos de mesa. Todas estas actividades requieren atención y concentración para memorizar y aprender. Sumado a ello, se presentan como un desafío y motiva a las personas a ir por más.

3 Entablar amistades

●Relacionarse con otras personas, sean amigos, familia, compañeros de trabajo. El contacto con el otro mantiene el cerebro vital y activo. Para Andersson, "la interacción social genera un estímulo que mantiene vital y lleva a las personas a pensar, razonar, hablar y divertirse". A medida que pasa el tiempo, las relaciones sociales suelen disminuir, y motivos hay varios: sea por conflictos o distanciamiento natural, por ejemplo. Por esta razón, los especialistas sugieren realizar actividades que impliquen el contacto con el otro, ya sean deportes grupales o asistir a talleres.

4 Descansar bien

●"Dormir entre siete y ocho horas por noche tiene un rol fundamental. Hay estudios que revelaron acerca de una membrana cerebral que tenemos, desconocida por mucho tiempo. Se llama sistema glinfático y filtra sustancias tóxicas durante el sueño", sostiene Estol. Además, "el descanso tiene que ver con un momento donde se regeneran las neuronas y se reparan los tejidos", añade Apud y explica que la falta de sueño permanente afecta la memoria, puede causar depresión y alterar el estado de ánimo.

5 Reducir el estrés

●Apud comenta que las hormonas del estrés, como el cortisol, inhiben la neurogénesis. En esta línea, para Estol es necesario fomentar el optimismo, tener un propósito, ser agradecido, ayudar a otros y meditar. "Todas estas acciones reducirán la ansiedad y el malestar".

6 Alimentarse de forma saludable

●Andersson relata que lo ideal es llevar una alimentación saludable, donde "reinen la armonía y el equilibrio de los nutrientes". Así, recomienda el consumo de frutas y vegetales como también de ácidos grasos esenciales (Omega 3 y 6), que se ocupan de darle estructura y reparar los tejidos celulares del cerebro. En el otro extremo, los especialistas consultados desaconsejan el consumo en exceso de grasas saturadas, azúcares, alcohol y carnes rojas. Según Estol, "se ha demostrado que la dieta mediterránea es la mejor para cuidar al organismo".

con una cuestión degenerativa", ahonda el médico.

En pos de lograr un envejecimiento exitoso, los especialistas consultados coinciden en que son dos los aspectos que hay que cuidar para conservar la salud del cerebro. El primero que mencionan es el sistema circulatorio debido a que, "a través de la sangre, se transporta oxígeno y glucosa al cerebro. De los seis litros que tenemos en el organismo, uno de ellos se consume en este proceso", detalla Andersson.

Por esta razón, se deben proteger las arterias cerebrales, "evitando la manifestación de enfermedades cardiovasculares que impiden la correcta irrigación de sangre", describe Estol. Entre los factores de riesgo que pueden potenciar estas patologías se destacan la hipertensión arterial, el tabaquismo, la diabetes, la inactividad física, el sobrepeso y la obesidad, la malnutrición y el estrés.

Por otro lado, hay que procurar cuidar las neuronas. En este sentido, Marcos Apud, psicólogo y wellness coach, comenta que se reproducen a través de un proceso conocido como neurogénesis: "El surgimiento de neuronas nuevas se frena con la edad. Por año perdemos alrededor de 31.000 millones, pero podemos mantener al cerebro joven si estimulamos la neurogénesis", revela el coach.

Se pueden adoptar hábitos que si se los sostiene en el tiempo "aumentan la reserva cognitiva y retrasan el deterioro", señala Estol y explica que al cerebro se lo puede ejercitar sin cesar a lo largo de toda la vida.

Breves DE LA MEDICINA



Hallazgo ayudaría a diseñar vacunas para el cáncer de hígado

Un equipo liderado por el Instituto de Investigación del Hospital del Mar, en colaboración con el Cima de la Universidad de Navarra y la Universitat Pompeu Fabra, ha descubierto un grupo de pequeñas moléculas específicas de los tumores de hígado, que podrían ser clave para desarrollar nuevas vacunas contra el cáncer. Estas moléculas, conocidas como microproteínas, son diminutas y solo se encuentran en las células tumorales y podrían activar una respuesta inmunitaria contra el cáncer. Las investigadoras lograron identificar este grupo de microproteínas analizando datos de tumores y tejido sano de más de 100 pacientes con cáncer de hígado. Estas microproteínas se generan a partir de genes que, hasta hace poco, se pensaba que no podían producir proteínas.



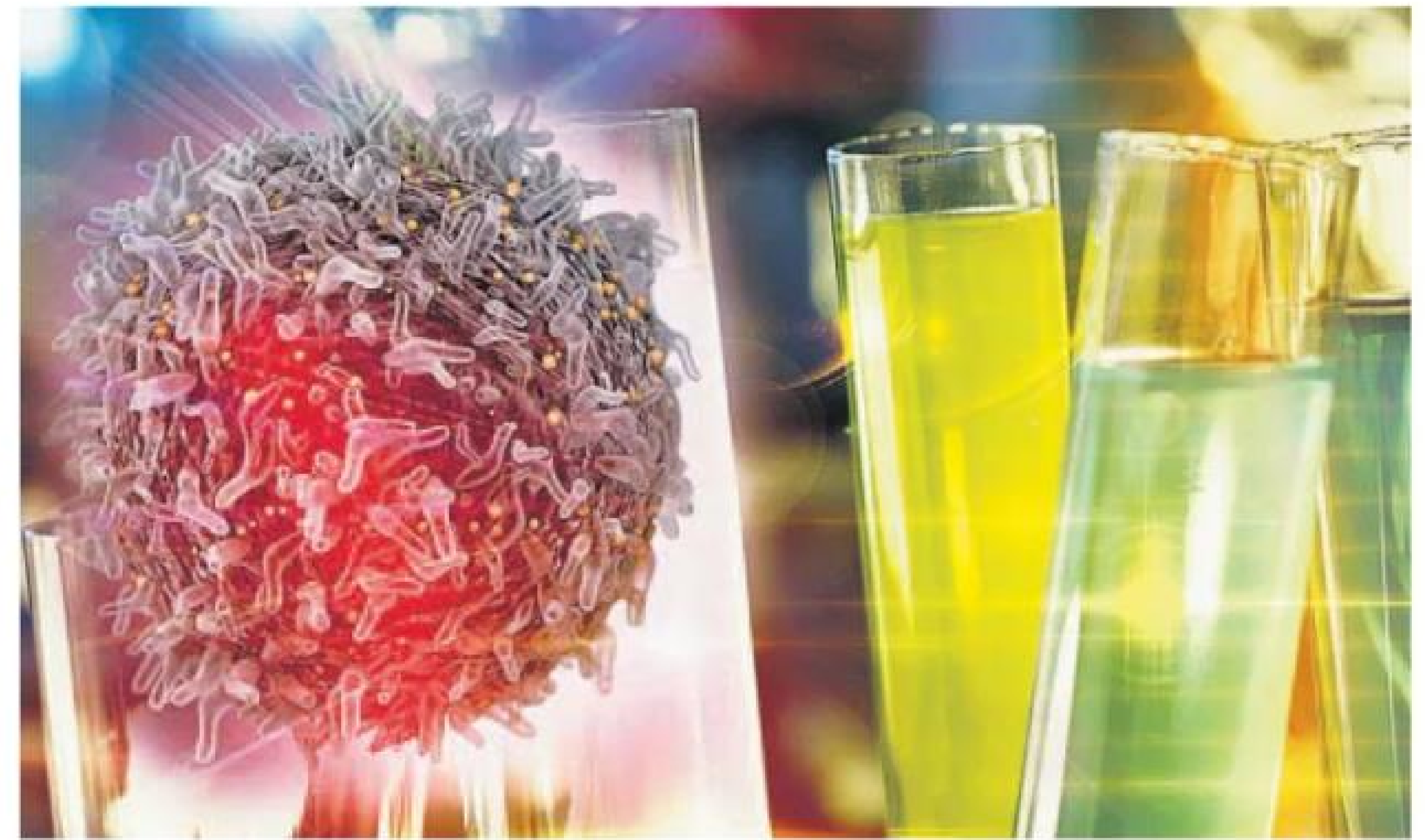
Identifican una causa raíz del lupus y una vía potencial para curarlo

El lupus eritematoso sistémico (LES) es una enfermedad crónica de carácter autoinmune, es decir, que es el propio sistema inmunitario el que ataca por error a los tejidos sanos al confundirlos con patógenos invasores. Sus causas no se han determinado, aunque existen ciertos factores de riesgo que predisponen a su aparición, como el sexo femenino, ya que el 90% de los afectados son mujeres. Un nuevo hallazgo, sin embargo, podría arrojar luz sobre el origen de esta enfermedad y contribuir al desarrollo de nuevos tratamientos más efectivos. Investigadores de Northwestern Medicine y del Brigham and Women's Hospital han identificado un defecto molecular que fomenta la respuesta inmune anormal en los pacientes con lupus y corregir este defecto podría revertir potencialmente la enfermedad. Los tratamientos disponibles actualmente a menudo no controlan adecuadamente la enfermedad.

INVESTIGACIÓN

Una combinación de inmunoterapias mejora la respuesta al cáncer

Los investigadores comprobaron que añadir a esa terapia otra con inhibidores de cinasas Jano (JAK) -fármacos que tratan la inflamación crónica- mejoraba las respuestas de los pacientes.



Esperanza. Según investigadores, los ensayos son prometedores para futuros tratamientos contra el cáncer.

EFE
salud@laprensagrafica.com

Uno de los tratamientos de inmunoterapia contra el cáncer es el de inhibidores de puntos de control, pero no todos los pacientes responden bien. Dos nuevos estudios han agregado a la terapia otro tipo de inhibidor, lo que mejora la repuesta de los enfermos.

La revista Science publica dos estudios clínicos en fases iniciales y realizados de forma separada en el que esa combinación de terapias se probó en pacientes con cáncer de pulmón y linfoma de Hodgkin.

Las terapias con inhibidores de los puntos de control eliminan las barreras proteínicas en las células T que impiden al sistema inmunitario reconocer y atacar las células cancerosas del organismo, pero aunque hay varios fármacos aprobados para tratar distintos tipos de cáncer, muchos pacientes no responden o desarrollan resistencia.

Además, los pacientes con cáncer frecuentemente presentan inflamación crónica e inmunosupresión, lo que puede limitar la respuesta al tratamiento con inhibidores de los puntos de control.

Los investigadores comprobaron que añadir a esa terapia otra con inhibidores de cinasas Jano (JAK) -fármacos que tratan la inflamación crónica- mejoraba las respuestas de los pacientes.

Uno de los estudios, encabezado por la Universidad de Pensilvania (EE.UU.), analizó el resultado en un pequeño grupo de pacientes de cáncer de pulmón no microcítico y el segundo, liderado por el Instituto de Investigación Scripps (EE.UU.), lo hizo con otro aquejado de linfoma de Hodgkin.

En el caso del cáncer de pulmón no microcítico metastásico, el equipo realizó un ensayo clínico en fase II con 21 personas para investigar el uso del inhibidor de JAK1 itacitinib en combinación con el inhibidor de puntos de control anti-PD-1 pembrolizumab.

La administración retardada de itacitinib después del tratamiento con pembrolizumab mejoró la respuesta de la inmunoterapia. La supervivencia media libre de progresión fue de casi dos años, en comparación con los 6,5 a 10,3 meses registrados en otros ensayos solo con inhibidores de los puntos de control.

El otro ensayo clínico en fase I fue con pacientes de linfoma de Hodgkin refractario recurrente que previamente habían recibido inhibidores de los puntos de control pero no respondieron o mostraron una respuesta mixta.

Los investigadores de centraron en el uso de una combinación de ruxolitinib, un inhibidor de JAK1 y JAK2, y el fármaco anti-PD-1 nivolumab.

La administración de ruxolitinib ocho días antes del inicio de la terapia con nivolumab resultó en una mejor eficacia clínica, resume la publicación.

Entre los 19 participantes, la supervivencia global fue del 87 % a los dos años, en comparación con informes previos del 23,8 % con solo inhibidores de los puntos de control.

Estos dos ensayos clínicos son "notables porque allanan el camino para una nueva estrategia terapéutica posible", indicó en un comentario adjunto la editora senior de Science, Priscilla Kelly.

INVESTIGACIÓN

Hallan una hormona que fortalece los huesos y podría ayudar a tratar problemas óseos

Más de 200 millones de personas en todo el mundo padecen osteoporosis, un grave debilitamiento de los huesos que puede causar fracturas frecuentes.

EFE
salud@laprensagrafica.com



Importancia. Aunque los niveles de estrógeno también son bajos durante la lactancia, la osteoporosis y las fracturas óseas son mucho más raras en este periodo.

Un equipo de científicos estadounidenses ha descubierto una nueva hormona que fortalece los huesos y mantiene fuertes los huesos de las mujeres lactantes. El hallazgo podría ayudar a curar fracturas óseas y tratar la osteoporosis, que afecta a más de docientos millones de personas en todo el mundo.

El equipo, formado por investigadores de la Universidad de San Francisco (UCSF) y de la Universidad de Davis (California), ha demostrado en ratones que esta hormona, conocida como hormona cerebral materna (CCN3), aumenta la densidad y la resistencia ósea.

El estudio publicado en la revista Nature, ha descubierto la razón que hace que los huesos de las mujeres se mantengan relativamente robustos durante la lactancia, incluso cuando el calcio se extrae de los huesos para apoyar la producción de leche.

De hecho, "si no hubiéramos estudiado ratones hembra, lo que por desgracia es la norma en la investigación biomédica, podríamos habernos perdido por completo este descubrimiento", advierte Holly Ingraham, autora principal del artículo y profesora de farmacología molecular celular en la UCSF.

Por eso, entre otros motivos, este estudio "subraya lo importante que es observar tanto a los machos como a las hembras a lo largo de la vida para obtener una comprensión completa de la biología", subraya.

200 MILLONES DE PERSONAS CON OSTEOPOROSIS

Más de 200 millones de personas en todo el mundo padecen osteoporosis, un grave debilitamiento de los huesos que puede causar fracturas frecuentes.

Las mujeres corren un riesgo especialmente alto de osteoporosis después de la menopausia debido a la disminución de los niveles de la hormona sexual estrógeno, que normalmente favorece la formación de hueso.

Pero aunque los niveles de estrógeno también son bajos durante la lactancia, la osteoporosis y las fracturas óseas son mucho más raras en este periodo, lo que sugería que había otros factores que promueven el crecimiento óseo.

El estudios anteriores, el laboratorio de Ingraham descubrieron que los ratones hembra lograban aumentos específicos de la masa ósea y aunque sospechaban que una hormona de la sangre era la responsable de los huesos superfuertes, no pudieron encontrarla.

En el nuevo trabajo, Ingraham y sus colaboradores llevaron a cabo una búsqueda exhaustiva de esta hormona que fortalece los huesos y finalmente señalaron a CCN3 como el factor responsable en las hembras mutantes.

Al principio, el equipo se sorprendió por este resultado, ya que CCN3 no encajaba en el perfil típico de una hormona segregada por las neuronas.

Sus dudas se desvanecieron tras encontrar CCN3 en la misma región cerebral en ratones hembra lactantes. Sin la producción de CCN3 en estas neuronas seleccionadas, las ratonas lactantes perdían rápidamente masa ósea y sus crías empezaban a adelgazar, lo que confirmaba la importancia de la hormona para mantener la salud ósea durante la lactancia.

PRUEBAS CON RATONES MACHO Y VIEJOS

Al aplicar estrategias para aumentar la CCN3 circulante en ratones adultos jóvenes y hembras o machos mayores, su masa ósea y su fuerza aumentaron en el transcurso de semanas.

En algunos ratones hembra que carecían por completo de estrógenos o eran muy viejos, la CCN3 fue capaz de más que duplicar la masa ósea.

Los investigadores tienen previsto realizar estudios en el futuro sobre los mecanismos moleculares de la CCN3, sus niveles en mujeres lactantes, así como el potencial de la hormona para tratar diversas afecciones óseas.

"La pérdida de masa ósea no sólo se produce en mujeres posmenopáusicas, sino también en supervivientes de cáncer de mama que toman determinados bloqueantes hormonales. Sería increíblemente emocionante que CCN3 pudiera aumentar la masa ósea en todos estos escenarios", concluye.

Astillas de Cortés Blanco

* **En todo** auténtico jardín las flores y los pájaros se vuelven espontáneos instructores de convivencia superior.

OPINIÓN

* **Al inicio anual** del invierno, las primeras lluvias vienen con el entusiasmo de los migrantes que regresan a ver a los suyos.

* **Todos los amaneceres** son ilusionados por naturaleza, y por eso se nos hace tan gozoso salir a esperarlos a la puerta.

CUIDAR DEL CUERPO NOS CONECTA CON EL UNIVERSO

Kalena de Velado
kvelado@yahoo.es


COLUMNISTA DE LA PRENSA GRÁFICA

Esta condición espiritual es lo que distingue esencialmente el cuerpo humano del animal. El hombre propiamente no tiene cuerpo, sino que es corpóreo: vive según el cuerpo, asumiéndolo libremente en un sentido u otro, lo cual, paradójicamente, le hace ser más corporal que cualquier animal.

Desde una perspectiva de la Antropología Trascendental el cuerpo humano es la dimensión visible e histórica de la persona. "Merced a él estamos presentes en el espacio y el tiempo, asistimos a nuestra historia y la de los demás y tomamos postura, literalmente, respecto de las cosas con que hacemos la vida. En el cuerpo la persona figura aconteciendo, pasando, actuando, aventurándose, exponiéndose; en una palabra, de forma dramática. Por todo ello el cuerpo es el eje de la moralidad..." [i]

La característica principal del cuerpo humano es que el alma espiritual actúa sin cesar a través de mi cuerpo, como el agua que rebosa de una fuente. "El cuerpo es lo perpetuamente rebasado, el lugar donde me anticipo a mí mismo para vivir hacia delante, más allá de este espacio y tiempo que me alojan; más que aquí vivo donde apuntan mis deseos e intenciones, donde está mi amor. Más que existir, el hombre co-existe. De tal forma que cualquier acción corporal implica en mí una opción ética ineludible: ofrecerme, encubrirme, comunicarme, envilecerme, sincerarme, presentarme, relacionarme, arriesgarme, protegerme, etcétera. Operaciones tan ordinarias como la higiene, la comida, los desplazamientos, el atavío, etcétera, me realizan en un sentido u otro; en ellas decido sobre mi persona; mi hacer revierte en mi ser; hacer algo es modelarme como alguien. No solo eso, sino que siempre es más lo que el cuerpo dice que lo que hace, pues dice mucho, aunque no haga nada. Y ello hasta el punto de que a veces mi actitud corporal contradice mis palabras, me delata, me desacredita; mi aspecto y conducta me traicionan; en definitiva, mi cuerpo me dice constantemente, a pesar de mí mismo..." [ii]. Solo mediante la integridad y la coherencia de vida consigo conciliar lo que soy con lo que parezco.

El cuerpo presenta una misteriosa ambigüedad cuyas raíces se encuentran en la unidad sustancial de sí mismo, a la misma vez que vela y revela a la persona. "Esta unidad la recibimos incoada, como una tarea, siempre por lograr, incierta, sometida al riesgo de la libertad. Mediante las virtudes (hábitos buenos), el individuo integra su cuerpo, lo vive según infinitos matices y calidades y lo hace revelación de su persona; faltando esa lucha, en cambio, el cuerpo se torna alienante, encubre a la persona, la disgrega en mil direcciones y la hurta a la convivencia. Según esté encendida o apagada la luz del espíritu, la pantalla del cuerpo transparenta a la persona o la esconde, incluso ante sí misma" [iii].

"El espíritu, en efecto, nos permite distanciarnos intencionalmente del cuerpo para superarnos en él y desde él. Importa notar este matiz ya que precisamente ser corpóreos en vez de tener cuerpo es lo que nos permite tener cosas, o sea dominar el mundo: solamente se pueden tener cosas si el cuerpo no es una de ellas. Pues si lo tratamos como una de ellas, no solo nos cosificamos nosotros, sino al mundo mismo, como sucede en la mentalidad utilitarista". Olvidada nuestra índole personal, el mundo degenera en mero almacén de objetos disponibles, material manipulable y explotable, como acertadamente denuncia el movimiento cultural exigiendo el cuidado de la ecología y del universo.

Me parece entonces que el autocuidado y buscar la salud integral están interconectados con el cuidado del medio ambiente porque conllevan detrás el haber conseguido antes hábitos saludables y sostenibles que no solo mejoran la calidad de vida, sino que también contribuyen al bienestar del planeta. Prestar atención equilibrada del bienestar personal y del cuerpo pueden tener un impacto positivo en la preservación de la naturaleza por varias razones: 1. Aquellos que cuidan su alimentación suelen preferir alimentos frescos y naturales, lo que puede llevar a una reducción en el consumo de productos procesados y empaquetados, disminuyendo así los residuos plásticos y otros desechos, lo que les hace tomar con mayor conciencia y responsabilidad las pequeñas decisiones diarias. Ocurre la reducción de desperdicios. 2. Aparece el consciente: El autocuidado a menudo implica ser selectivo con los productos que se utilizan, prefiriendo opciones más naturales y orgánicas. Esto puede extenderse a otros ámbitos de la vida, como la elección de productos de limpieza y cuidado personal ecológicos. 3. Aumenta la energía y motivación: Un cuerpo saludable proporciona estas dos actitudes que se traducen luego en actividades de voluntariado ambiental, reciclaje y la educación en sostenibilidad. 4. Mejor y mayor apreciación de la naturaleza a través de actividades al aire libre.

> El autocuidado y buscar la salud integral están interconectados con el cuidado del medio ambiente porque conllevan detrás el haber conseguido antes hábitos saludables y sostenibles.

[i] (Pablo Prieto, Almudi.org Intencionalidad del cuerpo...). Intencionalidad del cuerpo. Cuerpo, diálogo y figura. Humanización del cuerpo: gesto, compostura, arte. Cuerpo humano como don.

[ii] bis

[iii] bis

LA PRENSA GRÁFICA
109 años conectando LA VERDAD
DIARIO FUNDADO EL 10 DE MAYO DE 1915

"LA PRINCIPAL MISIÓN DEL PERIODISTA ES DECIR AL PUEBLO LA VERDAD, Y SU MÁS IMPERIOSA NECESIDAD ES LOGRAR SER INDEPENDIENTE. EL PROPIETARIO DE UN PERIÓDICO QUE NECESITA PARA SOSTENERLO DE LAS SUBVENCIONES GUBERNATIVAS O DE AYUDA DE PARTIDOS POLÍTICOS, HA FRACASADO EN SU ALTA MISIÓN DE SERVIR LEALMENTE A LOS INTERESES DE LA COMUNIDAD".
José Dutriz, Fundador



GRUPO LPG
José Roberto Dutriz
Presidente y Director General
Cristian Villalta Gerente Editorial
Claudia Ramírez Jefa de Información

Agencia Santa Elena: **2241-2000**
Suscripciones: **2241-2388**
Redacción: **2241-2600**
Fax Redacción: **2241-2001 (Ext. 2600)**
www.laprensagrafica.com

Miembro de Grupo de Diarios América (gda)
Miembro de la Sociedad Interamericana de Prensa

PREMIOS
PREMIO LORENZO NATALI 2019
WORLD YOUNG READER PRIZE DE LA WAN
PREMIO MARÍA MOORS CABOT
MEDALLAS DE PLATA MUNDIAL DE DISEÑO DE LA SND
PREMIOS MUNDIALES AMBIENTALES DE UICN-REUTERS
PREMIOS SIP EN DIFERENTES CATEGORÍAS
PREMIO CENTROAMERICANO ACAN-EFE
MENCIÓN ESPECIAL EN PREMIOS REY DE ESPAÑA

ENFOQUE

EL CHAVISMO EN LA CUERDA FLOJA

Gonzalo Marroquín Godoy
gmarroquin@cronica.com.gt



PERIODISTA, EXPRESIDENTE DE LA SOCIEDAD INTERAMERICANA DE PRENSA

En uno de mis últimos viajes a Caracas allá por los años 2010 o 2011, una agente de aduanas en el aeropuerto me separó del resto de los miembros de la misión de la Sociedad Interamericana de Prensa (SIP) con la que viajaba, y en un cuarto lejos de los ojos y oídos de sus colegas, me dijo –palabras más, palabras menos–: ***Señor periodista, quiero agradecer lo que hacen por nosotros, nunca nos olviden, porque aquí estamos como en Cuba, pobres y sin libertades.*** Temía decir esto y que alguien la escuchara.

En 2007 estuve presente en Caracas durante el último día de transmisión del canal de televisión RCTV, cerrado por órdenes expresas del presidente Hugo Chávez. Así puso fin, de un solo manotazo, a varios programas de opinión e información en los que se criticaban las actitudes autoritarias del chavismo, el sistema político impuesto en pleno apogeo.

Como el "castrismo" en Cuba, Hugo Chávez impulsó el "chavismo" en Venezuela, la corriente populista que vende una nación "socialista-bolivariana", supuestamente el modelo que permitiría una mejor vida para los venezolanos.

Ambos sistemas han sobrevivido a sus creadores. A casi ocho años de la muerte de Fidel Castro (2016), el castrismo prevalece en Cuba y tras 11 años del fallecimiento del comandante Chávez (2013), el chavismo se resiste a morir, aunque enfrenta el mayor reto de su historia en las elecciones generales del próximo 28 de julio en Venezuela.

Aquel cierre forzado de RCTV se enmarcaba en la estrategia básica y necesaria del chavismo para retener el poder: había que hacer desaparecer o debilitar al máximo a la prensa independiente, con el fin de lograr el continuismo con una sociedad desinformada y sin poder gozar de su derecho a la información. Así hizo también Fidel y creó una sociedad sin visión y bastante sumisa.

> El 28 de julio los venezolanos deben decidir –si las elecciones son libres–, entre continuar con un prolongado chavismo represivo e ineficiente o retomar la senda democrática y recuperar sus libertades.

En uno y otro caso, los que deseaban ser libres, tuvieron que dejar su país, de tal cuenta que se han creado en diversos países –principalmente en EUA y Colombia– y colonias numerosas de cubanos y venezolanos.

El problema es que quienes se quedaron bajo los regímenes dictatoriales han comprobado que ni el castrismo ni el chavismo resolvieron sus graves problemas socioeconómicos... ni siquiera llenan sus necesidades básicas.

Pero dejando a un lado el caso de Cuba, hoy es importante ver lo que espera a Venezuela. El 28 de julio, apenas en unos días, serán los propios venezolanos –si se respeta el voto–, quienes decidirán sobre su futuro y el futuro del chavismo. Desde hace meses, las encuestas independientes muestran que Maduro y el chavismo sufren un desgaste muy grande y que el desencanto hacia la corriente política es enorme, producto, en buena medida, del fracaso económico que golpea a la población.

Esto tampoco es nuevo. Maduro, con todo el control que mantiene sobre todas las instituciones, ganó las elecciones en 2013 con 7.5 millones de votos y en 2018 con 6.2 millones de votantes. Es decir, que perdió más de un millón de seguidores. Ahora las encuestas predicen un descalabro mayor, porque el favorito en las encuestas es Edmundo González, líder de la oposición impulsado por la popular María Corina Machado, a quien se le impidió participar, precisamente por el arraigo popular que mantiene.

El problema de fondo está en la respuesta a esta pregunta: ¿Si Maduro pierde, cederá a la tentación de forzar un fraude?

He escuchado a algunos analistas venezolanos y algunos tienen la misma duda. Los más optimistas creen que no lo hará –el fraude–, porque la presión internacional "sería muy grande". Sin embargo, Maduro ha demostrado que poco le importa lo que diga Washington –que es el país que más presiona–, o la propia Unión Europea (UE).

De tal cuenta que no se puede anticipar lo que sucederá ese día cuando se cierren los centros de votación. El chavismo se debate entre la vida o la muerte. Si gana la oposición, como indican las encuestas que debe suceder, y se reconoce su triunfo, es el fin de una corriente autocrática llamada chavismo... y la democracia puede volver a Venezuela. Si, por el contrario, Maduro se impone –por un fraude– como ganador, se prolongará ese sistema que ha demostrado ser un absoluto fracaso para las necesidades del pueblo y que limita enormemente las libertades ciudadanas. ¿Por cuánto tiempo?

Aunque las encuestas son motivo de entusiasmo entre la oposición, la verdad es que no es fácil anticipar lo que está por venir. En todo caso, entre las elecciones y el cambio –o continuidad– de Gobierno, deberán pasar seis meses, un tiempo en el que, de haber fraude, seguramente brotarán las protestas de esa masa que desea libertades y democracia.

Maduro ha demostrado ser intransigente y persistente. ¿Aceptará el mandato del voto popular? En todo caso, de no hacerlo, el chavismo empezará a sentir el repudio popular... Venezuela está por escribir una de las páginas más importantes y trascendentales de su historia y el chavismo se someterá a una prueba de supervivencia.

Foro de Lectores

Judith Salvador de Cabrera / sarriacasa@hotmail.com

¡CRITICO POR ENVIDIOSO!

"Las personas que triunfan no son necesariamente más inteligentes que las demás, pero sí están más definidas y comprometidas que las demás".

Según el diccionario, criticar es hablar mal de alguien o de algo, señalando un defecto o una tacha suya haciéndolo de una manera pública o no.

Se podría añadir a este concepto el "chismorreo" que significa hablar de alguien con indiscreción y malicia sin saber sus verdades, tan solo por supuestos.

¿La famosa crítica constructiva será verdad? Me refiero a constructiva, o es una manera de agudizar, exaltar un poco más mi ego ante alguien creyendo que le hago un bien.

Criticar visto por el ángulo que sea perjudica y hace daño.

Como no tengo vida propia por la cual deba estar pendiente, estoy tan fuera de mí, estoy tan fuera de mi sabiduría, de mi fuerza, de mi ser lleno de amor; construyo mi vida con base en la vida de otros, haciendo que menospreciar, criticar y juzgar sea normal.

¿No será que en realidad yo no me veo capaz de hacer algo parecido o simplemente no quiero hacerlo porque eso implica responsabilidad, constancia y firmeza? Y me siento envidioso, pero a la misma vez admirado.

La capacidad de saber contactar con mis propios sentimientos y discernir entre ellos me llevará a orientar mi conducta, lo que me permitirá no engañarme y ver qué es lo que verdaderamente quiero hacer o lo que no quiero ser.

HIPERTENSIÓN ARTERIAL, EL ASESINO SILENCIOSO QUE NO RECIBE ATENCIÓN NI FINANCIAMIENTO

Bjorn Lomborg
nicolas@lomborg.com



DIRECTOR DEL CENTRO DE CONSENSO DE COPENHAGUE

Algunos de los grandes desafíos del mundo reciben mucha atención. El cambio climático, la guerra y la inmigración están constantemente en las noticias y reciben grandes fondos de Estados y filántropos privados. Otros problemas importantes como la tuberculosis y la nutrición reciben menos cobertura y concientización, pero figuran entre las principales prioridades mundiales, a las que se destinan fondos.

Incluso las bien llamadas Enfermedades Tropicales Desatendidas, como la rabia, la oncocercosis y la lepra, que matan a 200,000 personas al año en los países más pobres, tienen sus propios programas y atención en la Organización Mundial de la Salud.

Pero hay un reto del que apenas oímos hablar, que afecta a más de mil millones de personas y que podría abordarse con gran eficacia. Podríamos calificarla razonablemente como la "enorme enfermedad desatendida".

El mundo ha avanzado mucho en la lucha contra las enfermedades infecciosas. Hace dos siglos, causaban habitualmente casi la mitad de todas las muertes, pero hoy matan menos del 15 %. En cambio, la mitad de todas las muertes son causadas por los dos mayores asesinos, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer. El cáncer es responsable de alrededor del 18 % de todas las muertes, pero es difícil y costoso de combatir, con tasas de éxito modestas, razón por la cual la mayor parte del tratamiento se realiza en los países ricos.

El mayor asesino de todos, que técnicamente se denomina enfermedad cardiovascular pero consiste mayormente en ataques cardiacos y accidentes cerebrovasculares, mata a más de 18 millones de personas cada año, representando un tercio de todas las muertes en el mundo. Gran parte del problema son las dietas poco saludables, la inactividad física y el consumo de tabaco y alcohol, que provocan obesidad e hipertensión.

Aunque los médicos le dirán que deje de fumar, reduzca el alcohol y la sal, haga más ejercicio y coma menos calorías y más frutas y verduras, es evidente que estos consejos son bastante difíciles de seguir. La regulación del tabaco y el alcohol puede facilitar la tarea, junto con la reducción de los niveles de sal en las comidas precocinadas.

Pero centrarse en la hipertensión arterial es clave para revertir esta enorme enfermedad desatendida. Aunque parezca increíble, el indicador de la hipertensión arterial es el mayor riesgo de muerte a nivel mundial, ya que provoca casi 11 millones de fallecimientos al año y causa el 19 % de todas las muertes en el mundo.

A medida que envejece la población mundial, aumenta la cifra de personas afectadas. El número de personas que padecen de hipertensión arterial se ha duplicado en los últimos 30 años, hasta alcanzar los 1,300 millones. Como no hay síntomas evidentes, casi la mitad ni siquiera lo sabe y cuatro de cada cinco personas no reciben el tratamiento adecuado.

Esta combinación hace que la hipertensión arterial tenga un enorme impacto y, a la vez, esté sorprendentemente desatendida.

La buena noticia es que el tratamiento de la hipertensión es increíblemente barato y eficaz, ya que consiste en la toma de una o varias píldoras sin patente que no cuestan casi nada. Esto se aplica bastante bien en los países ricos, pero deberíamos hacerlo en todo el mundo.

Los controles comunitarios de la hipertensión cuestan tan solo 1 dólar por persona, y la prescripción de medicamentos para la presión arterial suele costar entre 3 y 11 dólares al año. Estudios revisados por pares muestran que controlar la hipertensión en la mitad más pobre del mundo costaría unos 3,500 millones de dólares anuales. Pero salvaría casi un millón de vidas al año. En términos económicos, cada dólar gastado generaría 16 dólares de retorno para la sociedad, lo que la convierte en una de las políticas más eficaces del mundo.

> A medida que envejece la población mundial, aumenta la cifra de personas afectadas. El número de personas que padecen de hipertensión arterial se ha duplicado en los últimos 30 años, hasta alcanzar los 1,300 millones.

A pesar de convertirse en una causa de muerte mayor que las enfermedades infecciosas, incluso en el mundo en desarrollo, las enfermedades crónicas como las cardiovasculares reciben muy poca financiación. La financiación externa representa casi el 30 % del gasto en salud en los países de bajos ingresos, pero solo el 5 % de toda esta financiación se destina a las enfermedades crónicas. En Nigeria, donde las enfermedades cardíacas son ahora responsables de una de cada diez muertes, la División de Enfermedades No Transmisibles del Ministerio Federal de Salud ha puesto en marcha un nuevo programa para controlar la hipertensión arterial. Se trata de un excelente comienzo, pero es vital que los donantes incrementen su apoyo a programas que aumenten el acceso a servicios de prevención y tratamientos de la hipertensión arterial, accesibles, integrales y de alta calidad, no solo en África, sino en todos los países en desarrollo.

La hipertensión arterial es el principal riesgo de muerte en el mundo y, sin embargo, recibe poca atención y aún menos financiación. Por solo 3,500 millones de dólares anuales, podemos aplicar una de las mejores soluciones para el mundo, salvando millones de vidas. Solo hace falta que lo entendamos.

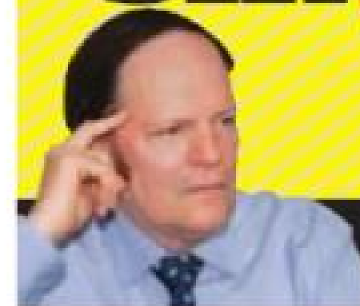
laFrase del día

"A título personal, ver a Donald Trump levantarse después de recibir un disparo en la cara y levantar el puño con la bandera estadounidense (tras él) es una de las cosas más increíbles que he visto en mi vida".

Mark Zuckerberg,
FUNDADOR Y DIRECTOR EJECUTIVO DE META, EN ENTREVISTA CON BLOOMBERG PUBLICADA EL PASADO VIERNES. (EFE).

FLOREZCAMOS CON LA ESPONTANEIDAD PROPIA DE LA NATURALEZA A LA QUE PERTENECEMOS, Y QUE LO DEMÁS VENGA POR AÑADIDURA, COMO DEBE SER

Historias sin Cuento



David Escobar Galindo

DESTINO ANHELADO

Durante la infancia, nunca pensó en lo que quería ser cuando fuera grande, pero sus juegos favoritos eran los que incluían algún tipo de olores o de sabores, y eso debió haberles dado a sus familiares más cercanos alguna pista sobre sus quehaceres futuros. Ellos, sin embargo, estaban en lo suyo, sin fijarse en lo que no fuera la disciplina doméstica de los hijos.

Ya en la adolescencia, él se les acercó a los padres para decirles:

–Quiero decirles que quiero irme a estudiar fuera del país. ¿Les parece bien?

–Hijo –reaccionó el padre–, para tu formación estamos dispuestos a poner todo lo que sea. ¿Y qué pensás estudiar?

Él hizo una especie de puchero y dijo con cierto temor:

–Pues yo he pensado formarme como chef. No un cocinero común, sino un chef de veras. Para que mi restaurante sea el mejor del país. ¿Me apoyan?

Ellos se miraron entre sí. Sonrieron y lo palmearon en la espalda. Eso bastó para que él se sintiera acompañado en su sueño personal.

Ahora, años después, permanecía enfrascado en el servicio dentro de su restaurante propio. Los padres ya no estaban en este plano. Él no había formado familia propia. Estaba solo: la cocina era su templo, en el que él era el sacerdote incansable. A su alrededor, de día y de noche, los dioses de la inspiración superior le hacían constante compañía, rodeados todos por legumbres, frutas y carnes...

VEREDA TROPICAL

Desde el inicio de su vida, los sonidos musicales anduvieron junto a él, como si quisieran evitar que cayera en manos del silencio. Y por eso fue natural que al concluir su adolescencia dispusiera unirse a unos compañeros de barrio y de escuela para formar un trío que se dedicara a dar serenatas y a participar en eventos de todo tipo, incluyendo una novedad: despedidas mortuorias.

Aquella tarde llegaron a buscarlos porque la persona más conocida del lugar acababa de morir y sus deudos lo iban a velar en una funeraria del entorno.

El trío llegó al lugar a la hora convenida, y en unos instantes estaban tocando sus guitarras y entonando sus voces. La de él, que era el más joven, apenas pasaba de ser un susurro.

–¿Y estos qué hacen? ¿Cantar boleros en un velorio? –dijo en voz alta uno de de los asistentes, con acento reprobatorio.

–Es que él era adicto a esta clase de música popular, y ya cerca de la agonía les hizo prometer a sus parientes que le traerían un trío a la vela...

–¡Qué original el viejito!

–¡Shhh! Respeto, por favor.

Comenzó la música. Era el bolero "Vereda Tropical", el favorito del difunto.

Todos los asistentes se pusieron en vilo; y de repente una pareja se levantó de sus asientos para empezar a bailar con la mejor de sus sonrisas. Los que se hallaban ahí hicieron el gesto del aplauso entusiasta.

CUIDADO CON EL CLIMA

El trastorno climático impactaba en todo y en todas las latitudes, y eran las gentes comunes las que más directamente lo sufrían. Y ahí estaba, a la vuelta de la esquina, la familia Sandoval, que eran personas del nivel más alto de la comúnmente llamada "clase media".

Ellos habían logrado hacerse de sus propios bienes, incluyendo el sencillo inmueble en el que vivían, y cuando los desmanes del clima se hacían sentir, sobre todo en los inviernos tormentosos, sacaban a relucir su ansiedad y pasaban casi todo su tiempo disponible en la capilla que les quedaba más cerca de su vivienda.

–Ya le pedí protección de nuevo a mi Virgencita de Guadalupe –decía el señor.

–Y yo ya invoqué a San Óscar Romero –respondía la señora.

De pronto se desató de nuevo el vendaval, y ellos lo observaban desde su ventana común, felices de que la lluvia les impidiera asistir a sus respectivos trabajos, ella como costurera en un taller y él como mecánico en otro.

Pese al tipo de sus ocupaciones, ambos estaban conectados a las inquietudes teóricas: él leía libros filosóficos y ella se sentaba todas las noches a conversar con la luna, fuera visible o no.

Como haciéndoles un gesto de respeto, la lluvia cesó.

–Algo me dice que ya no lloverá más –respiró ella.

–Y si llueve, que sea como llovizna. Sería un gran regalo de arriba –sonrió él.

MEMORIA EN VIVO

Sus primeros años no habían contado con los necesarios arraigos existenciales en función de sobrevivir y de vivir conforme al exacto sentido de de ambos términos. Ya cuando él nació, la desintegración de su núcleo familiar inmediato era patente, y al divorciarse sus padres él quedó pendiente de un hilo, que podía romperse en cualquier momento.

Fue llevado a vivir con su abuela materna, que era una extranjera con muchos principios pero con muy pocas lumbres de afecto. Él, pues, tenía que vérselas cotidianamente para no sentirse solo, y sin saber cómo un día apareció a la puerta de la casa aquel desconocido que le dijo en cuanto lo vio:

–Muchachito, vos no me conocés, ¿verdá?

Él, sorprendido por la pregunta, pero sobre todo por la entonación de la misma, sólo hizo un gesto de negación con la cabeza.

–¿Cómo vas a conocerme si nunca me habías visto? Pero fíjate bien: vos y yo tenemos físicos parecidos, pero muy parecidos, porque yo soy tu tata.

Él se apartó mientras el señor se acercaba, como queriendo abrazarlo.

–¿Por qué me rechazás así? Voy a explicarte cómo fueron las cosas. Tu diz que padre te robó de mi casa, en un descuido, cuando vos estabas empezando a caminar, porque tu mamá quería tener un hijo y no podía. A ella le dijo que te había encontrado perdido en una calle...

El cipote sonrió por primera vez quién sabe desde cuándo.

LA MEJOR VACACIÓN

–¿Y esta vez hacia dónde nos vamos? Sólo van a ser tres días...

–Eso yo nunca lo decido –respondió ella, haciendo el gesto de levantarse.

–¿Me lo estás reclamando? Pues ahora yo te pido que lo hagas. Adelante.

–Pues si me lo decís así, te tomo la palabra. Vámonos a nuestro cuarto, y quedémonos ahí por setenta y dos horas. No es mucho, ¿verdad? –dijo ella, moviendo los ojos con cara seria.

Él soltó la risa, como si todo aquello no pasara de ser una broma; pero al instante, volvió a su tradicional contención:

–Estamos hablando en serio. Y vuelvo a preguntarte: ¿A qué lugar querés que nos vayamos en este pequeño paréntesis que vamos a tener disponible?

–¡Ay, si ya te lo dije!

–Norita, estamos hablando de cosas que tienen un sentido... ¿Qué es eso de tres días encerrados en un cuarto? Podemos ir a la playa o a la montaña..., donde querrás...

–Pues voy a decírtelo más claro: lo que quiero es estar contigo en la misma cama, haciendo el amor cada vez que el cuerpo y el alma nos lo pidan.

–Pero para eso no necesitamos estar de vacaciones. Hagámoslo ya, pues.

En el cuarto estuvieron el resto del día, que era un domingo libre.

–Me encantó –dijo él, dándole un beso enmielado–. Esto lo podemos hacer cuando se nos ocurra. No tenemos que desperdiciar nuestros tres días.

LA PAREJA PERFECTA

¿Cómo puede saberse, con absoluta certeza, que nos hemos encontrado con la persona que no sólo nos inspira el sentimiento más vivo y profundo sino que puede convertirse en el apoyo más arraigado de nuestro devenir? No hay ninguna fórmula establecida, puro sí se pueden ir dando indicios varios de que así podrían ser las cosas.

–María Elena, ¿estás contenta conmigo?

–Claro. ¿Y a qué viene la pregunta?

–Es simplemente una inquietud de esas que le brotan a uno de repente.

Ahí quedó la cosa, pero el eco de la pregunta siguió parpadeando en su interior, y de pronto se le volvía pájaro amenazante.

Y entonces llegó la prueba mayor de la suerte: la prueba de sobrevivir. A él le descubrieron un tumor en el centro del pecho. Había que operar. Ellos, tiritantes de ansiedad, lo dispusieron todo.

Afortunadamente, la práctica operatoria resultó nítida. El tumor había huido de su pecho y sobre todo de las mentes de ambos.

Pero la pregunta permanecía siguiéndole los pasos. Y ella empezó a hacerse la misma pregunta, hasta que por fin ambos terminaron por decirse:

–¡Caramba, qué armonía! Y nuestra hada madrina es la duda...

Sí, eran, a todas luces, la pareja perfecta.

CLASIGUIA .com
Impreso y digital

LLAMA YA **2241-2241** 7524-9918

VISITA TAMBIÉN: CLASIGUIA.COM **Atención al cliente: Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 6:00 p.m.**

1 SOLICITUD Y COMPRA DE INMUEBLES

VALUOS

A $¡ATENCIÓN!
¿BUSCA VALÚOS PROFESIONALES Y REALES?
TODO EL PAÍS
✆ 2289-1446; 7349-1304
7Q010120

2 ALQUILER DE APARTAMENTOS

ALQ. Apto. 2da. Planta, máximo 3 adultos sin niños, sin mas- cotas, Z /Colonia Guatemala $300 Inf. 75205787
7F980426

APARTAMENTO ZONA COLONIA LAYCO CERCA UNIVERSIDAD NACIONAL
- Apartamento ubicado en Colonia y pasaje Layco #950-1.
- Un cuarto grande, cocina, comedor, sala, baño, cochera techada para carro.
- Incluye agua, luz, vigilancia e internet de alta velocidad, sistema de video vigilancia.
- No hay restricción de horas. Se puede ver sábado y domingo.

casa9501layco@gmail.com
whatsapp ✆ 7964-0078
7I110184

APTO. 2 HAB. $340. CIUDAD SATÉLITE. 7129-6146
7I980518

APTO. ZONA CONSTITUCIÓN $190. MENSUALES 7859-4229
7J980557

4 ALQUILER DE CASAS

CASA en Col. Atlacatl PJE. Atecozol (privado, seguro) casa # 4, San Salvador. $700 mens. Inf. 7769- 1339/ 7469- 2511
5R070118

CASA para Vacacionar, "Las Olas", Garita Palmera, Ahuchapán. Inf. Cel. 7356- 2694
7I070134

SE ALQUILA CASA COLONIA SAN BENITO AVENIDA LA CAPILLA. INFORMACIÓN 2279-0558
5K980425

6 ALQUILER DE OTROS INMUEBLES

ALQUILO 2 LOCALES
1RA. Y 2DA. PLANTA
- 5x6 M² cada planta

BOULEVARD VENEZUELA Y CALLE ANTIGUA DEL FERROCARRIL #2534
$500 POR LOS 2 LOCALES
INF. 7059-4676
74980531

SE ALQUILA LOCAL 2DA. PLANTA
A UNA CUADRA DEL CENTRO HISTORICO SAN SALVADOR
$350.
Inf. 77487625
74980525

ALQ. TERRENO 3,000V², A Orilla Aut. Olocuilta 7851- 5476
7A010115

9 VENTA DE CASAS

A.REPARTO SAN BENITO $250,000, ALPES SUIZOS $175,000. INF. 6956-1434
7G010118

CASA de una planta, Colonia Universitaria Norte. 7356-2694
7G070112

CASA LA RABIDA
435 varas
- 7 Habitaciones, 7 baños
- Muy amplia
- Cochera 2 vehiculos
- Accesible para estacionar
- Preciosa, Mixta

$350,000 Negociable
Alquiler $2,500
7885-2558/7315-5004
65L0049

SE vende casa orilla de calle entre el Puerto de La Libertad y San Diego $150,00 Ng. Inf. 7864-4170 H. Hab. solo por WhatsApp
7I980513

VENTA CASA MIRAMONTE PRIVADO, 2 PLANTAS, $210,000. T /7745-1774
6J010115

VENTA DE CASA SANTA ELENA, PRIVADO, 2 PLANTAS $285,000. Tel. 7745-1774
6J010116

VENTA DE PROPIEDAD incluye 8 Apartamentos Zona San Antonio Abad, San Salvador Ganga $260,000. 7859-4229
65980505

11 VENTA DE LOTES Y TERRENOS

FINCA Tonacatepeque 60 Manz. Vocación Agricola o Turística. $1,600,000. T/7745-1774
6J010112

INVERSIONISTAS
- Terreno vendo total o parcial
- En ruta turística Suchitoto
- Adecuado para negocio o vivienda

Inf. ✆ 6960- 4826
7B070190

VENTA TERRENO VOLCAN DE SS
1. Situado 300 mts. al Poniente del parqueo del Boquerón.
2. Extensión 17,600 V².
3. Topografia Alomada.
4. Altura 1.800 msnm.
5. Vista plena al Picacho y excelente clima todo el año.
6. Sin riesgo de inundación, derrumbe, ni deslave.
7. Libre de gravamen.

Precio $50.00 V². Neg.
No intermediarios
Inf. 7794- 1106
7J070143

TERRENO ZONA MEJICANOS 2,064 V²
- Posee casa principal 8 hab. Terraza- comedor amplio
- Con terreno P/estacionar 15 o 20
- Arboles furtales
- Amarrallada, Porton
  Anexo otra casa Independiente
- Ademas con todo sus servicios funcionando a/a
- Genera ingresos de $1,500 mens.
- Puede funcionar, colegio, asilo plantel, construir proyecto de vivienda, iglesia y otros,

$2,500.00 negociable
✆ 7351-5004/ 7885-2558
65L0052

TERRENO 2,596.52 V² plano para construir o cultivar cerca de la carretera litoral en Yano del Coyol $32,000Ng 77483636
7G980466

TERRENO para cultivar o lotifi- car 6,670.51 V² acceso agua luz en Yano del Coyol El Tránsito San Miguel $29,500 77483636
7H980423

VENTA TERRENO ATAMI (LA LIBERTAD) 2771V², $198,000. Tel. 7745-1774
6J010111

VENTA TERRENO en Quinta Residencial Hacienda, 4585V² $168,000. Tel. 7745-1774
6J010113

VENTA TERRENO PLANES DE RENDEROS 6000V² $330,000. Tel. 7745-1774
6J010114

12 VENTA DE OTROS INMUEBLES

A GANGA NICHOS 4,2,1 Jdnes. del Recuerdo 77480181
5D980408

AA(3) NICHOS el Las Colinas, Soyapango y 1 servicio fúnebre en la funeraria de Fuerza Armada. ✆ 6837- 5712
7F070081

INMUEBLE LISTO para Negocio de Turismo Z /Los Cobanos Sonsonate con 11 Habs. ideal para hotel o restaurante. $360,000 Inf. 7887-1044
65980504

13 ALQUILER DE VEHÍCULOS

DESDE $$21.99 SANDOVAL & CO RENTACARS T78870162
7G010122

14 VENTA DE AUTOMÓVILES

INMAQ'S
Su Servidor Industrial
- **Fajas, Pernos**
- **Retenedores y màs...**

Llámenos será un placer atenderlo.
Busquenos en página web: www.inmaqs.com/inicio.html
6Q980413

AUDI Q 5 /2014, de agencia, 2.0 turbo, F/E $17,400. 7887-6598
7C010156

BMW 328i/ 13, Coupe, automático/ secuencial, full extras. Inf. ✆ 7068- 9990
7B070204

FORD EXPLORER XLT/ 2013, de agencia, como nueva, $14,900. Inf. Tel. 7140- 7499
7F070088

HONDA CRV/2022, Camioneta, de agencia, full extras. Automático, 4x4, Ass. de cuero, rin 18, único dueño. Inf. al 7792-0239
7B980470

HYUNDAI ACCENT/17 Motor y caja al 100 Traspaso directo A/C funcionando Vidrios eléctr. $7,100. Inf. 7798-2639
7I010166

KIA RIO 2012 ex, full extras Motor y caja al 100 Traspaso directo $5,800 Inf. 7798-2639
7I010167

KIA SOUL /19, pantalla de retro. card play, bolsas buenas, motor 2.0. F/E $9,850 NEG. 7887-6598
7C010158

KIA SPORTAGE /2023, Nvo modelo, Sensores, M.2.5, aut. asientos de cuero, 6000millas, camara de retroc. techo panoramico F/E $28,700. 7887-6598 Uni. a cta.
7C010157

NISSAN KICKS/18 CAR PLAY, Bolsas Buenas Motor 1.6, 52,000 millas $12,200. 7887-6598
7C010159

15 VENTA DE BUSES

BLUE BIRD/ 15, 16 ventanas, vidrios entintados, doble A/c, chasis nítido, nada de óxido, bien sanito el bus, motor C7 Caterpillar. $26,900. Inf. 7068- 9990
7F070091

17 VENTA DE CAMIONES

ISUZU NPS 2024
De agencia, A/C, 4x4, Candado de seguridad para llantas de repuesto Furgón seco de 20' cúbicos, Con refuerzo en el interior para no maltratar el furgón, Dos entradas y salidas de aire tipo rejillas, Km recorrido 8,500 Con defensa, Forros y alfombras. **$45,500 Ng ☎ 78709513**
7B980475

VENDO CAMIONES COMPACTADORES 7851- 5476
7I010178

18 VENTA DE PICK UPS

FORD F-350 Súper Duty/ 15, gasolina, 4 puertas, doble cabina, $14,500. Inf. 7068- 9990
7B070198

20 VENTA DE OTROS VEHÍCULOS

SE VENDE LANCHA MARCA GLASTRON CARLSON
- ✔ Motor 135 HP
- ✔ Marca Evinrude
- ✔ Preciosa, Línea antigua

precio $7,000 Neg.
Comunicarse a los Teléfonos
2279-0558/7856-8828.
65980515

Más fotos en anuncios. Más información. Desde cualquier dispositivo.
Consúlta también en: clasiguia.com

23 ALQUILERES VARIOS

ARRECONSA

ALQUILER DE **SANITARIOS PORTÁTILES**
- ✔ LAVAMANOS PORTÁTILES
- ✔ URINARIOS PORTÁTILES

ADEMÁS CONTAMOS CON **LIMPIEZA DE FOSAS SÉPTICAS**
- ✔ TRAMPAS DE GRASA
- ✔ DESATASCO DE TUBERÍA

17 Calle Oriente #113 San Salvador
PBX 2222-9392
WhatsApp: 7886-0508
ARRECONSA
74920002

29 VENTAS VARIAS

BARRILES METALICOS con cincho y tapadera, en perfecto estado Inf. 7636-7631
79980525

VENDO SAUNA Artesanal, Camilla de Masajes plegable $150 c/u y Barra Desayunadora $300. 7055-7488
67980501

31 COMPRAS VARIAS

COMPRO LIBROS USADOS Y NUEVOS
ABUEN PRECIO
7847-9433
WhatsApp 7847-9433
3ª Calle Oriente y 4ª Av. Norte Local 231 librería la segunda, San Salvador
6J010110

COMPRO antigüedades, plata, oro,billetes, monedas, documentos, relojes y otros. 7120- 6804
6E070140

33 EMPLEOS DE OFICINA

MundoModa S.A. de C.V.
NECESITA CONTRATAR:
ASISTENTE ADMINISTRATIVA/ CONTABLE

REQUISITOS
- Edad entre 25 y 40 años
- Sexo femenino
- De preferencia con experiencia en el sector textil/manufacturero
- Con experiencia en la coordinación/supervisión de personal
- Persona dinámica y con iniciativa
- Actitud positiva hacia el aprendizaje
- Buen carácter
- Acostumbrada a trabajar en equipo y bajo presión
- Experiencia en elaboración de planillas AFP e ISSS
- Deseable conocimiento de software contable (ERP)

Se ofrece:
- ✓ Agradable ambiente laboral
- ✓ Ubicación accesible (zona Metrocentro)
- ✓ Salario competitivo
- ✓ Todas las Prestaciones de ley

Interesados s llamar a 7255-6780/7940-1749 2260-2156
o bien mandar CV a: mundomoda1@gmail.com
7C010150

ASISTENTE LEGAL en pansantía Remunerada a medio tiempo. Flexibilidad de horarios. Estudiante de Derecho de 3 años. Sexo: mujer, Lugar: Centro de Gobierno. Enviar hoja de vida a: cal.dorado @gmail.com
7J070146

EMPRESA DE SEGURIDAD SE VENDE, INF. ☎ 73490695
7C1J0024

EMPRESA SERIA BUSCA SEÑORITA BACHILLER RESPONSABLE Y QUE DESEE TRABAJAR
- Con o sin experiencia **PARA AUXILIAR CONTABLE**
- Edad de 22 años en adelante
- Sueldo de Ley

ENVIAR CV AL CORREO
ventaventas202017@gmail.com
7B980480

OFERTA DE EMPLEO
CrediManá SC Contratará
CONTADOR GENERAL
- Graduado o Egresado de Lic. En Contaduría Pública
- 1 año de Experiencia de preferencia en Instituciones Financieras
- Conocimiento de NIIF para PYMES
- Residir en San Vicente o sus alrededores
- Sólidos principios y valores morales

Enviar curriculum a:
subgerente.administracion @credimana.com
7J980560

35 EMPLEOS EN INDUSTRIA

MundoModa S.A. de C.V.
NECESITA CONTRATAR:
- **PLANERAS**
- **COSTURERAS DE ARMADO COMPLETO**
- **TALLERES DE COSTURA PARA DAR A MAQUILAR**

Se ofrece:
- (para costureras, planeras y raneras) Agradable ambiente laboral
- Ubicación accesible (zona Metrocentro)
- Salario de acuerdo a capacidad y experiencia
- Todas las prestaciones de ley
- Estabilidad laboral
- Contrato anual

Interesados/as llamar a 7940-1749/7255-6780 2260-2156
7C010152

36 EMPLEOS DOMÉSTICOS

SE SOLIC. Empleada Domestica P /Oficios del Hogar C/Exp. y Referencias ☎ 6060- 6758
7J010147

37 EMPLEOS VARIOS

SE NECESITAN: OBREROS Y AUXILIARES, zona de La libertad y Santa Tecla. Inf. 7736- 8274
79070148

AA-PUPUSERA y AYUDANTE con exp. en hacer y producir pupusas, con referencias, de miércoles a domingo de 2:30 a 9.00pm. Inf. 7843- 6769
7F070094

OPERARIOS PARA OFICIOS VARIOS. Olocuilta☎ 7871-5240
7F010105

RESTAURANTE Y CAFÉ BUSCA BARISTA
Requisitos:
- ✓ Edad: 20-35 años
- ✓ Sexo: femenino
- ✓ Experiencia previa de barista o en restaurante

Se ofrece:
- ✔ Plaza Fija
- ✔ Horarios rotativos
- ✔ Prestaciones laborales

Enviar CV a **info@rosvill.com**
Presentarse a entrevista en:
Calle Gerardo Barrios 1311, San Salvador
Tel: 2221-5555
7C980517

SE Necesita Empleada para atender una Tienda salida cada 15 días, Sueldo $360. mensual WhatsApp 70274668
7H980424

39 OTROS PROFESIONALES Y TÉCNICOS

A AA DOMIC. Electricista autorizado x SIGET Instalaciones y Reparaciones ☎ 2292-3382, 7275-2509 Sr. Ramirez
6Q010113

A A DOMICILIO
CISTERNAS Y PISCINAS
LIMPIEZA DE CISTERNAS, MANTENIMIENTO DE PISCINAS, REPARACION Y VENTA DE EQUIPOS, CONSTRUCCION.
www.CisternasPiscinas.com
2517-5950/2101-7610
7C1J0023

LIMPIEZA DE FOSAS SÉPTICAS Y POZOS DE ABSORCIÓN. SERVICIO A NIVEL NACIONAL
2374-2353
✆ 7140-7744
6J1J0019

40 CONSTRUCCIÓN

COCHERAS
Techos, portones, Remodelaciones Mezzanines Canales
☎ 2281- 4321
✆ 7355- 5603
FACE: Conmetalica
7J070155

AMPLIACIONES
CONSTRUCCIÓN DE VIVIENDA, COCHERAS, CISTERNAS, PISCINAS, REMODELACIÓN, BODEGAS, TODO LO RELACIONADO CON LA CONSTRUCCIÓN
PREG. POR NUESTRAS OFERTAS TAMBIÉN CONSTRUIMOS EN OCCIDENTE. TRÁMITES OPAMS
*Precios Especiales por cambio de Techo **Desde $20 M²**
Inf. 2101-4788; 7844-2908
BUSCANOS EN FACEBOOK COMO CONSTRUCCIONES RAMIREZ EL DEL CASQUITO AMARILLO
6L980489

REPARACION DE TECHOS
- **Portones, Goteras**
- **Filtraciónes**
- **Cambio de lámina**
- **Canales**
- **Botaguas, Facias,**

Tel: 6200-3311
7G980462

42 CONTABLES Y AUDITORES

DESPACHO Contable ofrece: Auditorías, Contabilidad y Consultorias Tel: 73483138
7F980422

48 VIAJES Y EXCURSIONES

No. de Expediente: 2024224486
No. de Presentación: 20240376955
CLASE 29,30

EL INFRASCRITO REGISTRADOR HACE SABER

Que a esta oficina se ha(n) presentado **ELSY ELENA DURÁN CAMPOS,** en su calidad de APODERADO de PRODUCTOS ALIMENTICIOS BOCADELI, SOCIEDAD ANONIMA DE CAPITAL VARIABLE que se abrevia: BOCADELI, S.A. DE C.V., de nacionalidad SALVADOREÑA, solicitando el registro de la MARCA DE PRODUCTO Y SERVICIO, consistente en: las palabras LA NETA y diseño, que servirá para: AMPARAR: SNACKS O BOCADILLOS A BASE DE FRUTAS, VERDURAS Y LEGUMBRES; LEGUMBRES EN CONSERVA, CONGELADAS, SECAS Y COCIDAS, JALEAS; FRITURAS ELABORADAS DE VEGETALES, DE CERDO, DE RES, PLÁTANO, O COMBINACIONES DE LOS MISMOS; FRITURAS DE PAPAS; CACAHUETES PREPARADOS; MANIES PREPARADOS; CARNE Y EXTRACTOS DE CARNE; HUEVOS; LECHE, QUESOS, MANTEQUILLA, YOGUR Y OTROS PRODUCTOS LÁCTEOS; ACEITES Y GRASAS PARA USO ALIMENTICIO. Clase: 29. Para: AMPARAR: CHOCOLATE; PAN, PASTELES Y CONFITES; HARINAS, A SABER, HARINA DE MAÍZ, HARINA DE TRIGO, HARINA DE ARROZ, HARINA PASTELERA; PRODUCTOS COMESTIBLES A BASE DE CEREALES INCLUYENDO CHIPS A BASE DE MAÍZ Y CEREALES, BARRAS DE CEREALES, HOJUELAS DE CEREALES SECOS; GALLETAS INCLUYENDO GALLETAS SALADAS, GALLETAS SALADAS DE ARROZ Y GALLETAS DE MANTEQUILLA; HELADOS CREMOSOS, SORBETES; LEVADURA, POLVOS DE HORNEAR; SAL, PRODUCTOS PARA SAZONAR, A SABER, ESPECIAS, HIERBAS EN CONSERVA; TAPIOCA Y SAGÚ; CAFÉ, TÉ, CACAO Y SUCEDÁNEOS DEL CAFÉ; VINAGRE, SALSAS; AZÚCAR, MIEL, JARABE DE MELAZA; HIELO; ARROZ, PASTA ALIMENTICIAS Y FIDEOS. Clase: 30.

La solicitud fue presentada el día dieciocho de abril del dos mil veinticuatro.

REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL, Departamento de Signos Distintivos. Municipio de San Salvador Centro, Departamento de San Salvador, veintitrés de abril del dos mil veinticuatro.

LA NETA

ANA GLORIA CASTANEDA VALENCIA
REGISTRADOR
(3a. PUBLICACIÓN)
7H070116

57 EDICTOS

EDICTO

ANGEL RAMOS COELLO, Notario, con Oficina jurídica ubicada en Colonia San Antonio, pasaje F casa seis, del Distrito de Ayutuxtepeque, Municipio de San Salvador Centro, departamento de San Salvador, **AL PUBLICO HACE SABER:** Que ante mis oficios notariales se ha presentado la señora **FANY ELISABETH ANGEL RIVAS,** de cuarenta y tres años de edad, Estudiante, del domicilio del Distrito de San Sebastián, Municipio de San Vicente Norte, departamento de San Vicente, con Documento Único de Identidad número cero cero uno nueve dos tres uno cinco - cuatro; actuando en nombre y representación, en su calidad de Apoderada General Judicial Administrativa con Clausulas Especiales de los señores: **MARDOQUEO ANGEL RIVAS,** mayor de edad, Empleado, del domicilio de Houston, Estado de Texas, en los Estados Unidos de América, con Documento Único de Identidad número cero cero cuatro cuatro cinco cero tres cero - cuatro; y Número de Identificación Tributaria debidamente homologado; y **KRISSIA AZUCENA GOMEZ CASTRO,** mayor de edad, Ama de casa, del domicilio de Houston, Estado de Texas, en los Estados Unido de América, con Documento Único de Identidad número cero uno cuatro uno tres dos nueve tres - dos; y Número de Identificación Tributaria debidamente homologado; a efecto de promover Diligencias de Título Supletorio sobre un terreno rústico, situado en cantón el Espinal, Distrito de San Rafael Cedros, Municipio de Cuscatlán Sur; de un área de **DOSCIENTOS UNO PUNTO SETENTA Y NUEVE METROS CUADRADOS, que mide y linda: AL NORTE:** compuesto por dos tramos rectos de: nueve punto noventa y cuatro metros, y dos punto noventa y seis metros; colindando con terreno de Maria Elvira Rivas Rivas, cerco de púas de por medio. AL ORIENTE: Mide catorce punto veintiocho metros; colindando con terreno de Felipa de Jesús Navarro Viuda de Pineda, zanjón de por medio. AL SUR: Mide dieciocho punto sesenta y tres metros, colindando con terreno de Carmela Gómez, cerco de púas de por medio. Y AL PONIENTE: Mide doce punto sesenta metros; colindando con terreno de Carmela Gómez, cerco de púas de por medio. El inmueble anteriormente descrito no es dominante ni sirviente, y no tiene más cargas o derechos que pertenezcan a terceras personas; y se valúa en la suma de DOS MIL DÓLARES DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA. Los señores Mardoqueo Ángel Rivas y Krissia Azucena Gómez Castro, obtuvieron el inmueble objeto de titulación por medio de compraventa hecha a la señora Carmela Gómez, en la ciudad de Cojutepeque, departamento de Cuscatlán, el día siete de septiembre del año dos mil veintiuno, ante los oficios del notario Cornelio Santos; por su parte, la señora Carmela Gómez, lo adquirido por medio de compraventa que del mismo le hiciera al señor José Toribio Flores, en la ciudad de Cojutepeque, departamento de Cuscatlán, el día quince de marzo del año dos mil cuatro, ante los oficios del notario José Antonio Gómez Camacho. A su vez, el señor José Toribio Flores obtuvo el mencionado inmueble por compraventa otorgada a su favor por el señor José Antonio Mejía, en la ciudad de Cojutepeque, departamento de Cuscatlán, el día veinticuatro de junio de mil novecientos ochenta y ocho, ante los oficios del notario Mario Leoncio Ayala Guevara; por lo que la posesión ejercida por los solicitantes, sumada a la de sus antiguos poseedores, tiene más de treinta y seis años de ser quieta, pacífica y no interrumpida. Distrito de Ayutuxtepeque, Municipio de San Salvador Centro, departamento de San Salvador, diecinueve de julio de dos mil veinticuatro.-

ANGEL RAMOS COELLO
NOTARIO
(2a. PUBLICACIÓN)
7J980563

EDICTO

ANGEL RAMOS COELLO, Notario, del domicilio del Distrito de San Salvador, Municipio de San Salvador Centro, departamento de San Salvador, con oficina notarial ubicada sobre final de la veintinueve Avenida Norte, Colonia San Antonio, pasaje F, casa seis, del Distrito de Ayutuxtepeque, Municipio de San Salvador Centro, departamento de San Salvador, **AL PUBLICO HACE SABER:** Que por resolución del suscrito Notario, proveída a las quince horas y quince minutos del día diecisiete de julio del año dos mil veinticuatro, se ha aceptado expresamente y con beneficio de Inventario la Herencia Intestada, que a su defunción ocurrida en el Hospital General del Instituto Salvadoreño del Seguro Social, de la ciudad de San Salvador, ahora Distrito de San Salvador, Municipio de San Salvador Centro, departamento de San Salvador, el día diecisiete de agosto del año dos mil veintitrés, dejara el señor **RICARDO JAVIER PORTILLO TORUNO;** de parte de los señores: **JAVIER ALEJANDRO PORTILLO FERNANDEZ y KARLA YANETH LEONOR DE PORTILLO,** en sus calidades de hijo y cónyuge, respectivamente del Causante. En consecuencia, confiérasele a los aceptantes la representación INTERINA de la Sucesión con las facultades y restricciones de los curadores de la Herencia Yacente; y en virtud de lo anterior, se cita a todas las que se crean con derecho a la expresada Herencia Intestada, para que se presenten a la oficina notarial relacionada, en el término de quince días contados a partir del día siguiente a la última publicación del presente edicto, librado en la oficina del suscrito Notario, a los dieciocho días del mes de julio del año dos mil veinticuatro.-

ANGEL RAMOS COELLO
NOTARIO
(3a. PUBLICACIÓN)
7J980504

EDICTO

JULIO ROBERTO GUERRA ROMERO, NOTARIO, DE ESTE DOMICILIO:

HACE SABER: Al público para los efectos de Ley que por resolución pronunciada en mi oficina notarial, a las once horas del día nueve de Julio de dos mil veinticuatro, se ha tenido por aceptada expresamente con beneficio de inventario la herencia intestada que a su defunción ocurrida el día veinticuatro de Septiembre de dos mil veintiuno, en la Colonia Layco, Diecinueve Avenida Norte, número tres mil trescientos catorce, en la Ciudad de San Salvador, Departamento de San Salvador, a consecuencia de Neumonía Por Covid-Diecinueve, siendo el ultimo domicilio de la "de cujus" el de la Ciudad de San Salvador, Departamento de San Salvador, ahora Distrito de San Salvador, Municipio de San Salvador Centro, Departamento de San Salvador, dejo la Señora **MARIA TULA LOPEZ DE DALMAU,** de parte de los Señores **JUAN DALMAU LOPEZ, MERCY DALMAU LOPEZ y CELIA MARIA DALMAU DE TRIGUEROS,** en concepto de herederos universales intestados.- Confiérasele la administración y representación interina de la sucesión a los aceptantes con las facultades y restricciones de los curadores de la herencia yacente. En consecuencia por este medio se cita a todos los que se crean con derecho a la referida herencia, para que se presenten a mi oficina en el término de quince días, contados desde el siguiente a la última publicación del presente edicto.

Librada en mi oficina notarial, situada en Estudio Legal R. Guerra & Compañía "Abogados-Notarios-Asesores" ubicado en Colonia Miralvalle Calle Hamburgo número cuatrocientos veinticinco, ciudad y departamento de San Salvador, con teléfono dos dos siete cuatro cuatro cuatro cuatro cinco.-

San Salvador nueve de Julio de dos mil veinticuatro.-

LIC. JULIO ROBERTO GUERRA ROMERO
NOTARIO.-
(3a. PUBLICACIÓN)
7G070118

HECTOR ROMILIO GUEVARA GUEVARA, Notario de este domicilio, con oficina Notarial en Colonia Miralvalle, Pasaje Zúrich número ciento treinta y ocho, San Salvador. Al Público en general **HACE SABER:** Que por resolución de las siete hora, del día quince de noviembre, del corriente año, se ha tenido por Aceptada expresamente y con beneficio de inventario, la Sucesión Intestada, dejada por el señor **JOSE DOLORES GUZMAN JACINTO** conocido por JOSE GUZMAN, quien falleció en el Municipio de Huizúcar, Departamento de la Libertad, el día dieciocho de diciembre, del año dos mil uno, a consecuencia de Senilidad e insuficiencia Cardiaca, sin asistencia médica, a la edad de ochenta y cuatro años, Jornalero, siendo su origen el de Huizúcar, departamento de La Libertad, Casado con Concepción Gómez de Guzmán, fallecida, nacionalidad Salvadoreña y su ultimo domicilio Huizúcar, Departamento de San Salvador, hijo de NEMECIO GUZMAN Y JERONIMA JACINTO, ambos fallecidos y en vida fueron del domicilio de Huizúcar, Departamento de La Libertad; de parte de los señores: JOSE GUZMAN GOMEZ y LUIS ALONSO GUZMAN GOMEZ, en el carácter de hijos y por consiguiente Herederos Universal Única Intestada. Confiérasele la Administración y Representación Interina de la Sucesión, con las facultades que la ley establece. Ciudad de San Salvador a los quince días, del mes de noviembre, del año dos mil veintidós.

LICENCIADO HECTOR ROMILIO GUEVARA GUEVARA
Notario
(3a. PUBLICACIÓN)
7J980515

HECTOR ROMILIO GUEVARA GUEVARA, Notario de este domicilio, con oficina Notarial en Colonia Miralvalle, Pasaje Zúrich número ciento treinta y ocho, San Salvador. Al Público en general HACE SABER: Que por resolución de las diez hora, del día dieciocho de julio, del año dos mil veinticuatro, se ha tenido por Aceptada expresamente y con beneficio de inventario, la Sucesión Intestada, dejada por el **JOSE ANTONIO JUSTINIANO ALBERTO,** quien falleció en el Hospital General del Seguro Social", del Municipio de San Salvador Centro, distrito de San Salvador, Departamento de San Salvador, a las once horas, del dos de septiembre, de dos mil veintidós, Insuficiencia Cardiaca Fibrilación Auricular, con asistencia médica, a la edad de noventa y cuatro años, Pensionado, siendo su origen el Municipio de la Libertad Este, Distrito de Huizúcar, departamento de La Libertad, viudo, de nacionalidad Salvadoreña y su ultimo domicilio de San Salvador Este, distrito de Ilopango, de este Departamento; hijo de la señora María Ofelia Alberto, fallecida y Tomas Justiniano, fallecido; de parte de la señora VILMA NOEMI JUSTINIANO DE MELARA, en el carácter de hija y cesionario de los derechos de las señoras MARTA LIDIA JUSTINIANO DE PEREZ y MARIA OFELIA JUSTINIANO VASQUEZ y por consiguiente Herederos Universales Únicos. Confiéraseles la Administración y Representación Interina de la Sucesión, con las facultades que la ley establece. Ciudad de San Salvador a los dieciocho días, del mes de julio, del año dos mil veinticuatro.

LICENCIADO HECTOR ROMILIO GUEVARA GUEVARA
Notario
(3a. PUBLICACIÓN)
7J980514



PRENSITA







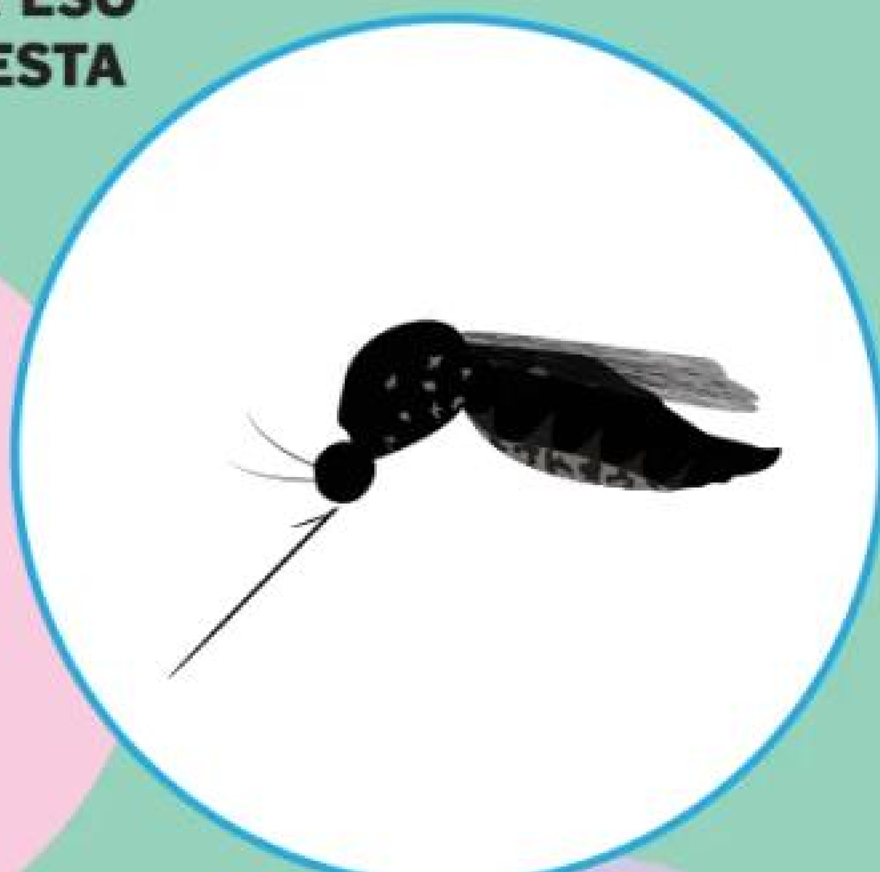
¡PROTÉGETE DEL DENGUE!

EL SALVADOR TIENE UNA EPIDEMIA DE DENGUE Y POR ESO QUEREMOS QUE CONOZCAS ALGUNOS DATOS SOBRE ESTA ENFERMEDAD Y EL MOSQUITO QUE LA CAUSA.

¿Cómo se transmite?
Solo si un zancudo pica a una persona infectada y luego pica a una persona que está sana. Es decir, que no se transmite por contacto con otras personas ni por abrazos.



¿Qué mosquito transmite el dengue?
Hay dos tipos: Aedes Aegypti y Aedes Albopictus. El dengue es transmitido por la hembra, ya que necesita la sangre humana para calentar sus huevos.



¿Me puede dar dengue más de una vez?
Es correcto. Puede darte varias veces ya que existen cuatro serotipos de virus.

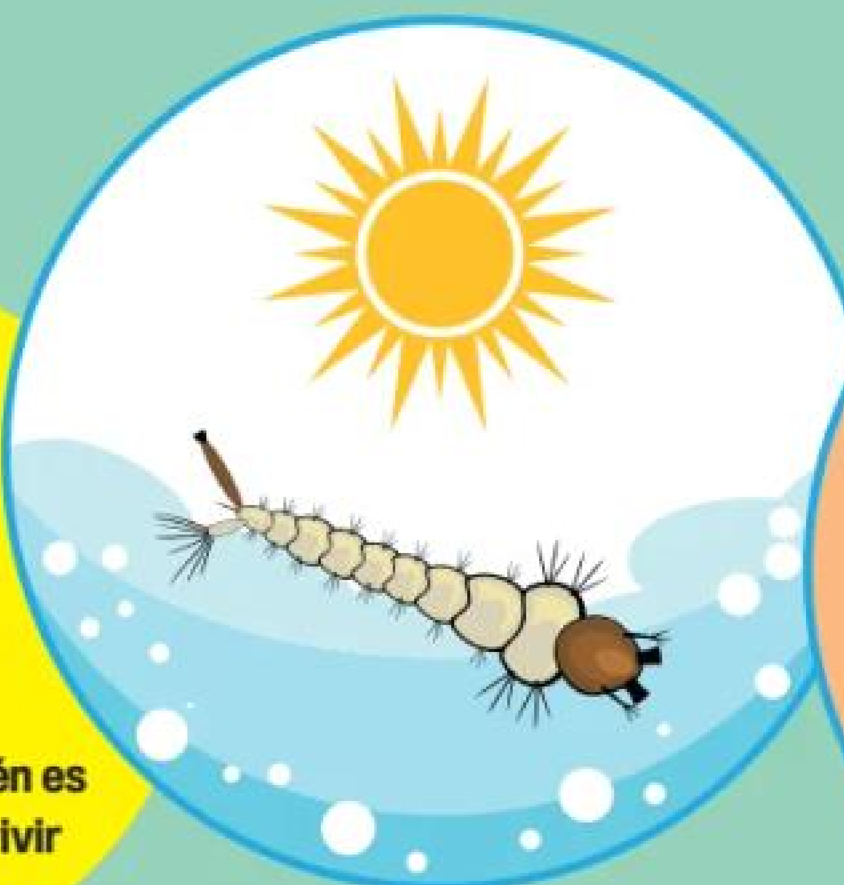


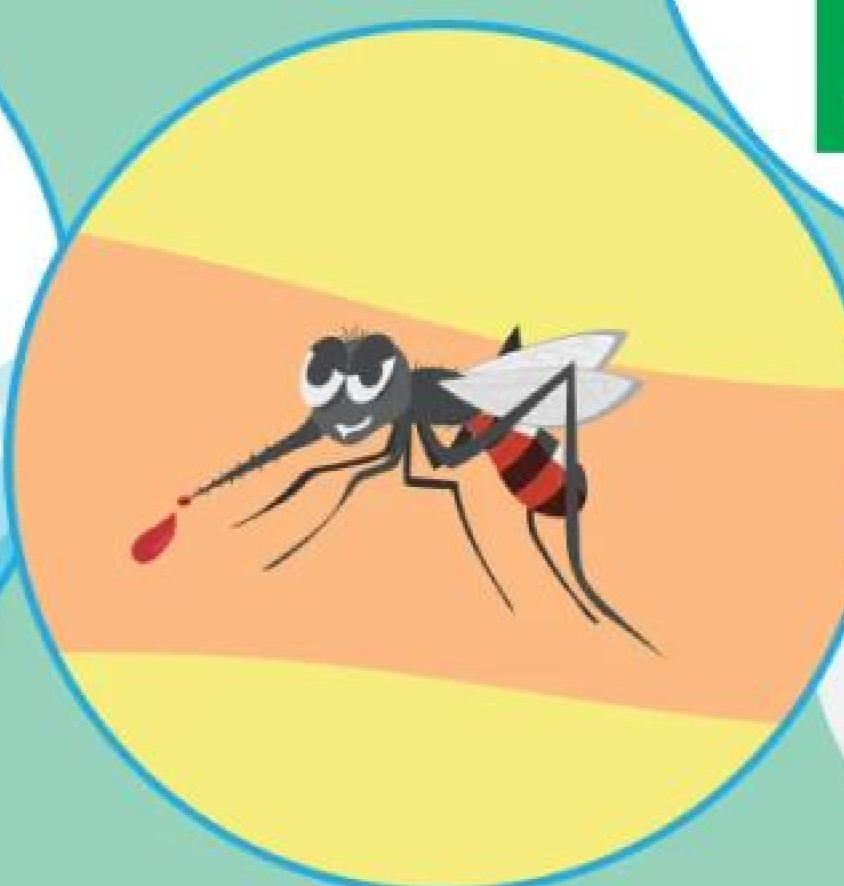
¿Solo a los niños y niñas les da dengue?
No, el dengue puede darles a todos, sin embargo, sí afecta más a niños, niñas y a adultos mayores, ya que podría causarles más complicaciones.

¿Cómo me protejo?
Puedes usar repelente de mosquitos, pero recuerda que ningún repelente casero, como el ajo y el vinagre, es recomendado por doctores ni por el Ministerio de Salud.



¿Adónde se reproduce el zancudo?
Normalmente en lugares muy calientes, sin embargo, también es capaz de sobrevivir en lugares fríos.



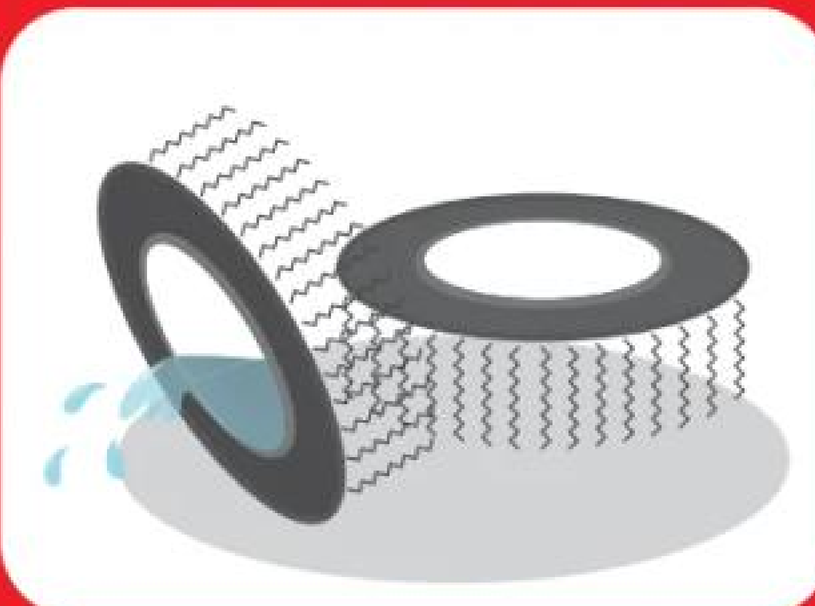


¿El mosquito del dengue pica solo de día?
Mayoritariamente, pero puede picar durante la noche si hay luces artificiales encendidas.



TIPS PRENSITA
RECUERDA QUE EL AGUA ACUMULADA ES UN ESPACIO IDEAL PARA QUE SE FORMEN CRIADEROS DE ZANCUDOS. ¡EVÍTALA EN CASA!

Si tienes llantas viejas en tu patio o jardín, colócales tierra y conviértelas en macetas. O también puedes llevarlas al Ministerio de Medio Ambiente y Recursos Naturales. Por la entrega de tus llantas te regalan un arbolito para que lo siembres.



Tapa todos los recipientes con agua en casa y, si no tienen su propia tapadera, puede ser con plástico o un trozo de madera.



UN PLAYROOM LLENO DE DIVERSIÓN



¿HAS ESCUCHADO SOBRE KILUA´S PLAYROOM? ES UN NUEVO LUGAR DE EXPLORACIÓN PARA LOS PEQUES. TE CONTAMOS MÁS.

¡En Kilua´s Playroom puedes celebrar tu cumpleaños o el evento que quieras! Tienen todo lo necesario para que vivas una experiencia inolvidable.







Un lugar mágico diseñado especialmente para los peques llegó para quedarse. Kilua´s Playroom es un espacio para niños de 0 a 7 años y estamos seguros de que te encantaría conocerlo.

¿Te imaginas una mini ciudad con estaciones de juego? ¡Este playroom tiene nueve estaciones! Y todas son seguras, únicas y realistas para que interacciones con muchísimos juguetes mientras fomentas tu creatividad.



Y lo más genial de todo es que puedes visitarlo de martes a domingo y también en días festivos, en un horario de 10:00 a. m. a 7:00 p. m. Se encuentra ubicado en el nivel 1 de Plaza Soho Cascadas, local DH-108.

Te compartimos sus precios y paquetes a continuación:

All you can play: ¡Juega todo el tiempo que quieras por $19.99!

Pay for what you play: Paga $0.25 por minuto por el tiempo que juegues.

¡TAMBIÉN HAY PROMOCIONES ESPECIALES!

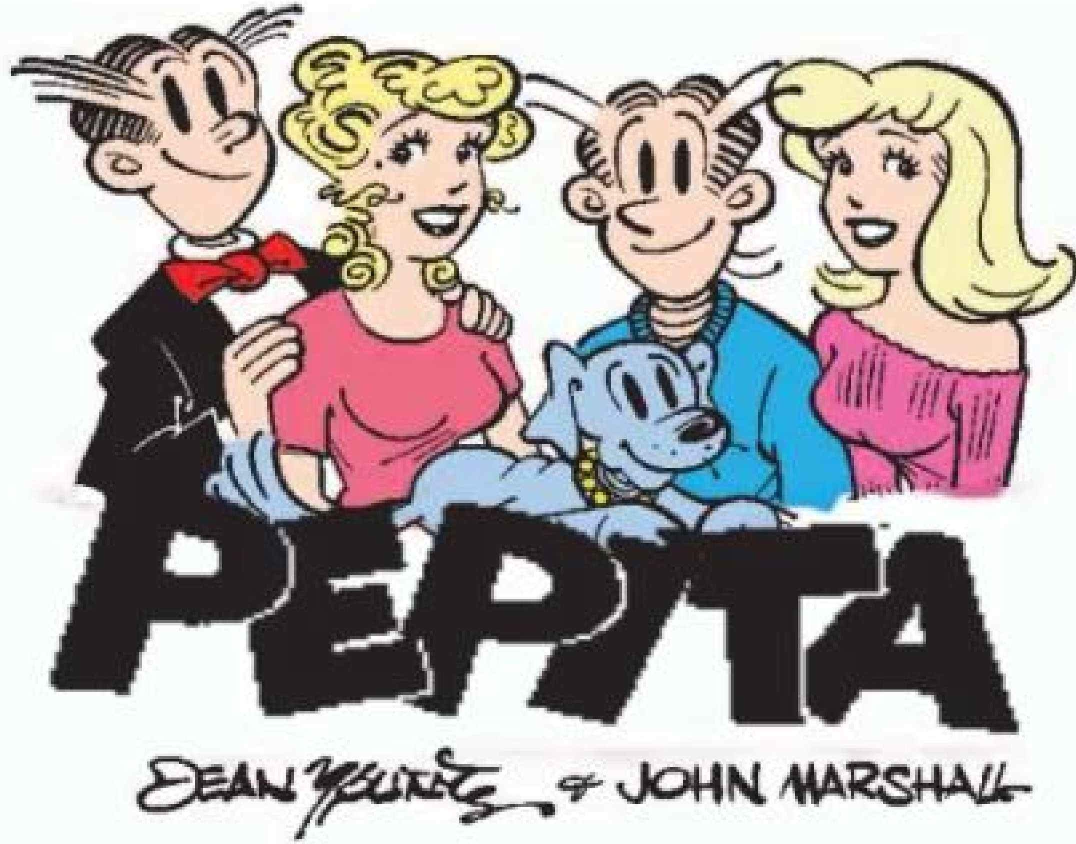
- **Toddler Tuesday:** 25 % de descuento en "All you can play", todos los martes, para niños de 1 a 4 años.
- **Siblings:** 15 % de descuento en "All you can play" para cada hermano, siempre.
- **School Visits:** 35 % de descuento en "All you can play" para grupos de al menos 10 estudiantes, de martes a viernes, 10:00 a. m. - 2:00 p. m.
- **Playdates:** 10 % de descuento en "All you can play" para cada niño, siempre.
- **Happy Hour:** 25 % de descuento en "All you can play" para cada niño, de martes a viernes, 10:00 am - 1:00 pm.

Sabías que...
El viernes 16 de agosto, a partir de las 9:00 a. m., niños y niñas de la organización Pasitos El Salvador podrán disfrutar de la actividad "Pasitos en Movimiento: Día en Kilua´s Playroom, que forma parte de la campaña "Que los niños trabajen en sus sueños, no en las calles". Aparte de regalarles un día increíble, la finalidad del evento es recaudar ropa, juguetes y víveres para ellos. Para más información busca sus redes sociales como @kiluasplayroomsv en Instagram.

PRENSITA | Jefa de información Claudia Ramírez | Jefe de diseño Héctor Ramírez | Coordinadora Beatriz Mendoza | Diseño e ilustración René Ortéz, Moris Aldana, Meydar Hernández

CÓMICOS




PEPITA
DEAN YOUNG & JOHN MARSHALL


CREO QUE PODRÍAS DARME OTRO BESO DE LA BUENA SUERTE
¡BIEN!


¡QUE TENGAS UN BUEN DÍA!
¡Y TÚ, AMOR!


¡OH! ¡QUÉ TRISTE MIRADA DE DAISY!


CREO QUE ELLA TAMBIÉN QUIERE UN BESO


¡VAMOS! ¡DALE UN BESITO RÁPIDO, CARIÑO!
7/21


¡BUEN DÍA PARA TI TAMBIÉN, DAISY!
SMACK


LORENZO, ¿DESAYUNASTE PURÉ DE HÍGADO?
YOUNG & MARSHALL



















MALDADES DE DOS PILLUELOS

POR HY EISMAN













EL FANTASMA

por LEE FALK







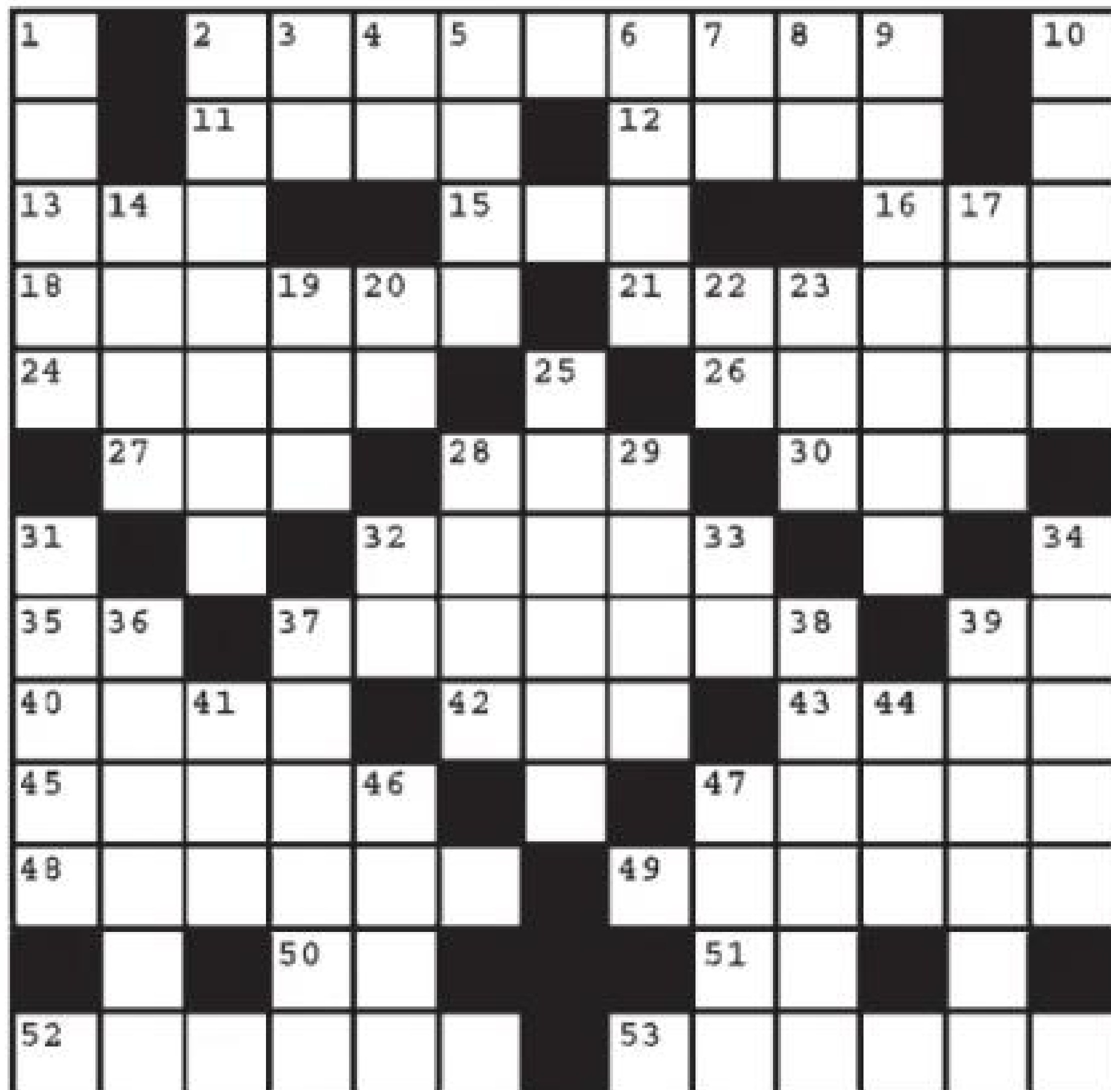








CRUCIGRAMA



HORIZONTAL

2. Cobertizo de cordelero
11. Cierre de una carta
12. Arbolito cuyas hojas se emplean en medicina
13. Ciudad del Perú
15. Tren rápido español
16. Municipio del Brasil
18. Pendiente de un monte
21. Dejar de hacer
24. Escuela de párvulos
26. Calabaza de forma ovoide
27. Medida de longitud
28. Adjetivo posesivo
30. Duración ilimitada
32. Tela de hilo muy clara y engomada
35. Pronombre personal
37. Disminuir, calmar
39. Voz que, repetida, sirve para arrullar al niño
40. Piedra dura y sólida
42. Ánsar, ave
43. Percibir un olor
45. Sábalo
47. Tumefacción de la piel
48. Ninfa de los ríos y fuentes
49. Pez menudo que se echa en los estanques
50. Onomatopeya que expresa la risa
51. Prefijo negativo
52. Chasco
53. Chaquetón impermeable de los esquimales

VERTICAL

1. Rey de los hunos
2. Ánade pequeño
3. Nombre de letra
4. Símbolo del americio
5. Roedor
6. Suelto, libre
7. Contracción
8. Conjunción negativa
9. Propenso a amar
10. Río de Venezuela, afluente del Orinoco
14. Plaza en una comunidad
17. Fundador del Imperio Persa
19. Río del norte de España, afluente del Ebro
20. Símbolo del radio
22. Nota musical
23. Del verbo ir
25. Impudente
28. Resina de los algarrobos
29. Cuerda gruesa de esparto
31. Libro sagrado mahometanos
32. Símbolo del litio
33. Apócope de nada
34. Procedimiento radioeléctrico que permite a un avión de terminar su posición
36. Sitio donde da el sol de lleno
37. Fricción y estregamiento del cuerpo, con un fin medicinal
38. Rojo
39. Floja, perezosa
41. Pedazo de lona que sirve de hamaca
44. Unidad monetaria búlgara
46. El primer hombre
47. Impulso

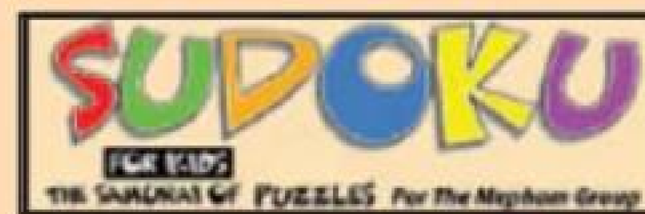
LA SOLUCIÓN DE AYER



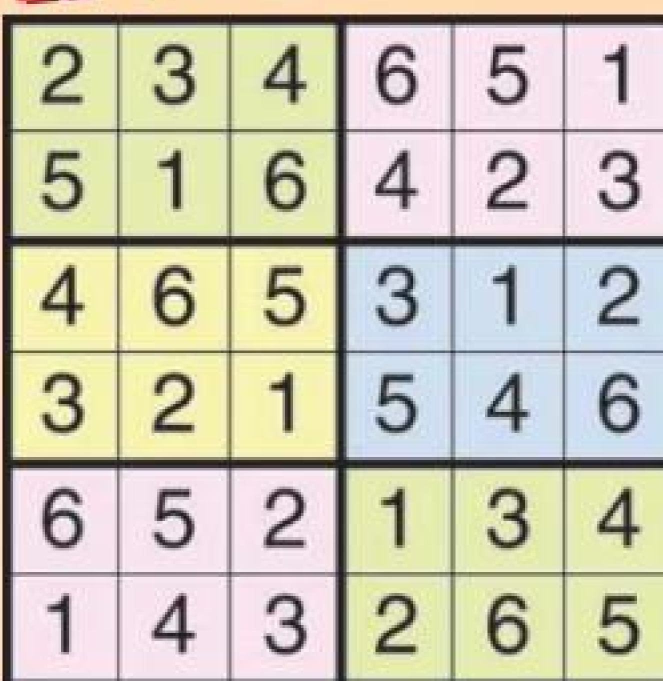
 7-13



	5		3		
2		1			4
		3			
			2		
1					2
				5	



¡A JUGAR!



2	3	4	6	5	1
5	1	6	4	2	3
4	6	5	3	1	2
3	2	1	5	4	6
6	5	2	1	3	4
1	4	3	2	6	5

RESPUESTA DEL DOMINGO ANTERIOR

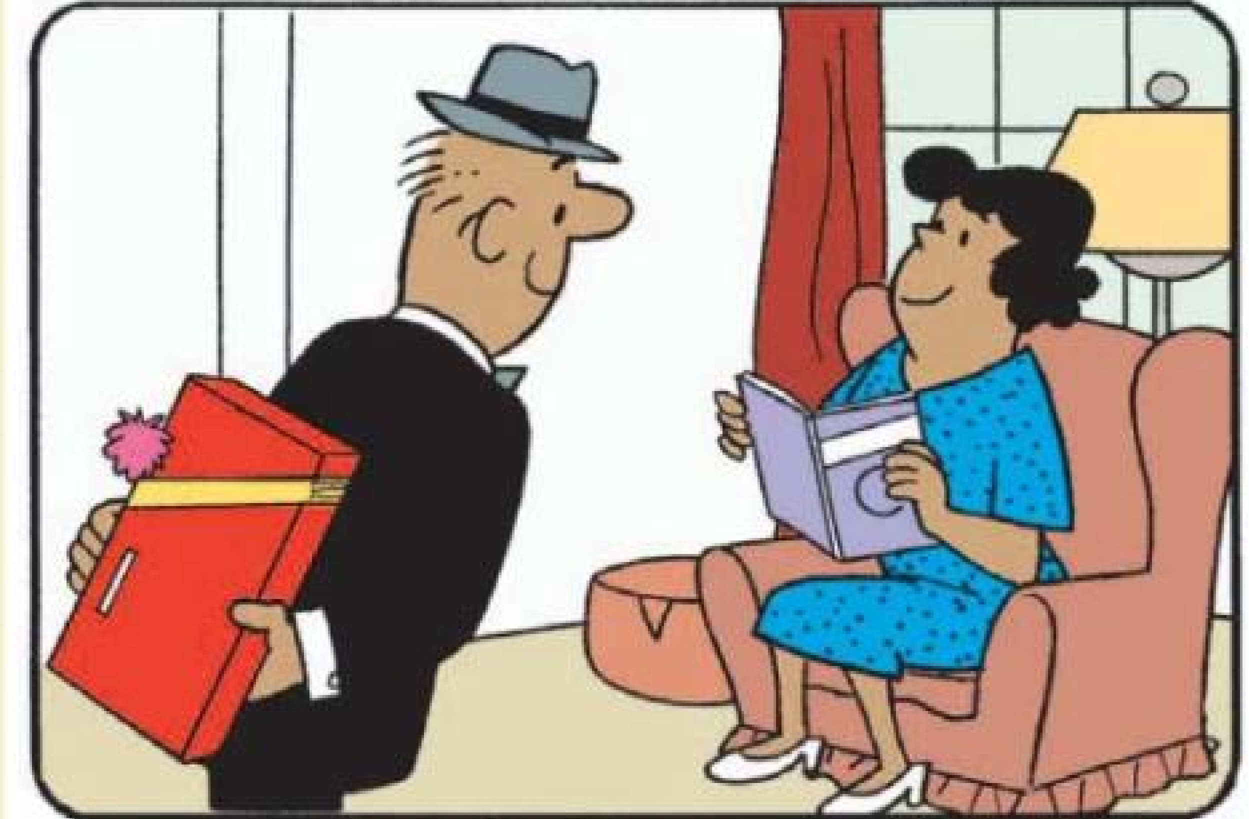
- Observa el sudoku y fíjate en una fila de las que veas más llenas de números. Piensa y decide qué número, de los que no están aún incluidos en ella, quieres añadir.
- Por las reglas del juego, sabes que los seis bloques o subcuadrículas han de contener los seis números, por lo que puedes descartar las casillas que pertenecen a aquellos bloques que ya tienen la cifra elegida.
- Los números tampoco pueden repetirse en la misma columna, así que busca una casilla de las restantes en fila, cuya columna no tenga el número que elegiste.

ENCUENTRE LAS 6 DIFERENCIAS

PRUEBA DE PERCEPCIÓN HENRY BOLTINOFF



Encuentra las 6 diferencias entre los páneles



Diferencias: 1. La caja es más larga. 2. La pierna está movida. 3. La lámpara es más chica. 4. La oreja es distinta. 5. No tiene lentes. 6. El sofá es más grande.

LOS MELAZA / POR BUNNY HOEST Y JOHN REINER



"ES UN PRODUCTO LOCAL... VIENE DE NUESTRO REFRIGERADOR."



"¡OH! ¡QUÉ BIEN! ¡GANÉ VACACIONES GRATIS! ¡SERÉ PARTE DE UN JURADO!"

elGráfico

Partido clave

El Oakland Roots, del salvadoreño Bryan Tamacas, juega hoy contra el Sacramento Republic, en la división oeste de la USL de Estados Unidos.

UN CALOR SOFOCANTE EN ESTADIO

Se reportó que la noche de la final de la Copa América, con sede en Miami, Estados Unidos, hubo temperaturas de 32 grados centígrados, con una sensación térmica de 39 para los asistentes a la final.

Demandas por el caos en Miami

La CONMEBOL fue demandada por las víctimas de los desórdenes previos a la final de la Copa América.

Estados Unidos/AP
@elgraficionado.com

Las primeras demandas en conexión con el caos que se desencadenó el fin de semana pasado cuando aficionados sin boletos forzaron su entrada a la final de la Copa América en el Estadio Hard Rock fueron presentadas este viernes y una persona citó serias lesiones y otras personas con boleto aseguraron que les negaron la entrada.

El Condado de Miami-Dade y los registros de la corte federales dejan en claro que hasta el viernes en la mañana, al menos se presentaron cuatro demandas contra el estadio y la CONMEBOL, el organismo rector del fútbol sudamericano, debido al caos que se desató antes del encuentro del domingo entre Argentina y Colombia.

El abogado Judd Rosen, quien representa a la mujer lesionada, indicó que el estadio y los oficiales de la CONMEBOL debieron contratar más policías y guardias de seguridad, pero que pusieron los ingresos por encima de la seguridad. "Esto fue un robo de dinero", aseguró Rosen. "Todo el dinero que debieron gastar en un plan apropiado de seguridad y un equipo adecuado de seguridad se lo llevaron a sus bolsillos."

Oficiales del estadio declinaron comentar el viernes más allá de que regresarán el dinero de los boletos que no se utilizaron y que fueron comprados directamente con los organizadores. Anteriormente dijeron que contrataron el doble de seguridad para la final del domingo en comparación con los encuentros de los Dolphins de Miami y que incluso excedieron la recomendación de la CONMEBOL. El estadio recibirá varios encuentros de la Copa Mundial 2026.



EG/AP

Aficionados vivieron un ambiente tenso y peligroso antes del partido entre Argentina y Colombia por la final de la Copa América 2024.

EN SILENCIO

La CONMEBOL, que tiene su sede en Paraguay, no comentó específicamente sobre las demandas. En un comunicado anterior, los organizadores culparon del caos a los oficiales del estadio asegurando que no implementaron sus recomendaciones.

La clienta de Rosen, Isabel Quintero, fue una de las personas con boleto y que resultaron lesionadas cuando fueron derribadas o empujadas a la pared y pilares.

La policía arrestó a 27 personas (incluyendo al presidente de la Federación de Fútbol de Colombia y su hijo debido a un altercado al final del encuentro con un guardia de seguridad) y expulsó a 55.

Rosen indicó que su cliente voló a su padre desde Colombia para ver el juego y que pagó 1,500 dólares por cada boleto.

La multitud siguió creciendo y el inicio del juego se acercaba cuando la gente comenzó a empujar. Los elementos de seguridad abrieron las puertas "para permitir el ingreso uno a uno", indicó Rosen. Fue ahí que comenzaron a abrir completamente las puertas y que provocó una estampida, añadió Rosen.

65

MIL 300 AFICIONADOS FUERON REGISTRADOS en el estadio Hard Rock para la final de la Copa América 2024.

Dóniga le da valor a los amistosos

El seleccionador de El Salvador, el español David Dóniga, habló sobre los objetivos que tiene para el fogueo contra Guatemala.

> **"Sabemos que unos vienen de pretemporada, pero buscamos ganar y luego ver las conclusiones."**
> **DAVID DÓNIGA,** TÉCNICO DE EL SALVADOR

El técnico de la selección salvadoreña, David Dóniga, habló claro acerca de los objetivos para el partido amistoso ante su similar de Guatemala que se efectuará el próximo fin de semana en California.

Pese a que el DT contará con muchos elementos que vienen de pretemporada, sobre todo los jugadores del fútbol salvadoreño, no quiso poner excusa y dejó en claro que la victoria es el objetivo número uno.

"Sería un hipócrita si digo que el resultado no es importante. Nosotros vamos a salir a ganar el partido porque es lo que nos demanda. Sabemos que hay jugadores que vienen de pretemporada pero el objetivo es ganar y luego ver las conclusiones que sacamos de cara al funcionamiento en el futuro", comentó el entrenador.

Hay que mencionar que el partido entre las selecciones centroamericanas se llevará a cabo fuera de fecha FIFA por lo que la nómina tanto de El Salvador como de Guatemala no incluye a todos sus legionarios para el juego en el Dingity Health Sports Park.

"Los jugadores son los que están elegibles por los equipos, no es una convocatoria habitual por el tema de fecha FIFA y solo hay un par de extranjeros. Ya hemos hecho un análisis exhaustivo de nuestros rivales. Las ventanas de marzo y junio han cambiado y hemos tenido que adaptarnos. Nos llama la atención la diferencia de nómina pero son las circunstancias. Sabemos el sistema que utiliza Tena y ellos se pueden adaptar. En los últimos años tenemos un empate y tres derrotas contra esta selección", explicó el seleccionador español.

Diego Viana
@elgraficionado



Legionarios. Pese a que no es fecha FIFA, Dóniga podrá contar con algunos legionarios como Tomás Romero y Jeremy Garay.

EG/ARCHIVO



Objetivo. Guatemala está vivo en el camino rumbo al Mundial de 2026.

CONCACAF

Guate buscará dos nacionalizaciones

El técnico Luis Fernando Tena habló de nacionalizar a un colombiano y a un argentino para el 11 chapín.

El entrenador mexicano de la selección de fútbol de Guatemala, Luis Fernando Tena, informó que está a la espera de la nacionalización de un defensa central colombiano y un volante argentino para reforzar al equipo de cara a la eliminatoria mundialista.

> **ARRANQUE** CON DOS VICTORIAS EN JUNIO ANTE DOMINICA E ISLAS VÍRGENES BRITÁNICAS INICIÓ GUATEMALA.

> **2** JUGADORES FORÁNEOS QUE militan en la liga de Guatemala ha pedido el DT Luis Fernano Tena.

Durante una conferencia de prensa, previa a un amistoso internacional contra El Salvador la próxima semana, Tena dijo que tiene interés en utilizar al colombiano José Corona y al argentino Cristian Hernández en la selección guatemalteca.

De acuerdo con Tena, Corona, de origen colombiano y actual jugador del Comunicaciones, uno de los principales equipos de Guatemala, está a un paso de finalizar los trámites que le faciliten ser elegible para la selección.

Además, el seleccionador mexicano dijo que desconocía que el argentino Hernández contaba con más de 7 años de vivir en Guatemala y que ya solicitó que se "agilice" el proceso de nacionalización.

Hernández, de 28 años, juega actualmente con el Antigua de la máxima categoría guatemalteca y ha militado en diversos clubes del país centroamericano desde 2017.

"Contar con jugadores de esta categoría nos permitirá tener mayor competitividad en las convocatorias", agregó el DT.

Guatemala arrancó con el pie derecho su camino al Mundial de 2026, con dos victorias en junio ante los seleccionados de Dominica e Islas Vírgenes Británicas. El combinado guatemalteco se enfrentará en California la próxima semana a su similar de El Salvador.

Guatemala/Efe
@elgraficionado

Rodrigo De Paul: "Ganamos por él"

El volante argentino Rodrigo de Paul aseguró que al ver que Leo Messi lloraba por la lesión, todos sacaron fuerzas para ganar.



EG/AP

Tranquilo. El mediocentro afirmó que había disfrutado mucho la última conquista porque le ha proporcionado "paz".

El centrocampista argentino Rodrigo de Paul reveló tras la Copa América que, tras ver al capitán de su selección, Lionel Messi, llorando en el banquillo a causa de la lesión que le impidió terminar la final de Copa América, el resto de jugadores se unieron para "ganar por él".

En el 66 del partido contra Colombia en Miami, el jugador de 37 años debió ser sustituido por una dolencia en el tobillo derecho que lo llevó al banco, donde las imágenes de tele mostraron a Messi llorando.

El centrocampista del Atlético de Madrid dijo en una entrevista con el medio argentino Olga que no es usual que las pantallas de los estadios muestren imágenes como esa, pero que la visión del capitán entre lágrimas hizo que los jugadores sintieran que tenían que ganar.

"Cuando salió Leo no sé si pensamos: Uy, cagamos, decís salió el que frota la lámpara. Y cuando vemos la imagen se genera en la gente un griterío total. Nosotros lo vimos y dijimos: Es por él. Yo siento que fue por él", expresó De Paul.

El exjugador de Racing Club, de 30 años, acumuló cuatro títulos seguidos con la selección: Copa América 2021, Finalissima 2022, Mundial Catar 2022 y Copa América 2024.

El mediocentro afirmó que había disfrutado mucho la última conquista porque le ha proporcionado "paz", aunque no detalló por qué la sentía.



TRIUNFOS
LA ARGENTINA DE LIONEL SCALONI SOLO HA PERDIDO DOS PARTIDOS DESDE SEPTIEMBRE DE 2018.

A su regreso a Argentina, De Paul pasó por un entrenamiento del Racing, en el que se le pudo ver conversando con miembros de la entidad y con el actual técnico del equipo, Gustavo Costas, según publicó la Academia en sus redes sociales.

Lionel Messi, que se retiró de la final de la Copa América por una lesión en el tobillo derecho, no jugará al menos los dos próximos partidos con Inter Miami, explicó este martes el técnico Gerardo Martino.

Inter Miami juega este miércoles en la MLS contra el Toronto y este sábado contra el Chicago Fire y Martino dijo que no hay "ninguna" posibilidad de que Messi dispute estos encuentros. "Tuvo una entorsis, evidentemente, la lesión está y ahora hay que hacer estudios."

Buenos Aires/Efe
@elgraficionado

4 **TÍTULOS CON LA SELECCIÓN DE ARGENTINA** ganó De Paul: un Mundial, dos Copas América y una Finalísima.

INGLATERRA

Savinho, del Girona al City

El delantero brasileño Savinho, quien destacó con el Girona durante la temporada pasada, ahora será parte del Manchester City de Guardiola.

El Manchester City anunció este jueves el fichaje del extremo brasileño Sávio Moreira de Oliveira, Savinho, hasta junio de 2029.

El futbolista, de 20 años, firmó por cinco temporadas procedente del Girona, en el que estuvo cedido la pasada campaña por el Troyes, del City Group, en lo que ha definido como una etapa "sensacional" en la que anotó 11 goles y repartió diez asistencias en 41 partidos.

"Estoy muy feliz y orgulloso de mí mismo y de mi familia por ayudarme a llegar aquí. Tengo que agradecer también a Dios por darme esta oportunidad de estar aquí en el Manchester City", al que Savinho posicionó como "el mejor equipo del mundo", en su presentación con el club inglés.

> "Estoy muy feliz y orgulloso de mí mismo y de mi familia por ayudarme a llegar aquí."
> **SAVINHO,** JUGADOR DE BRASIL

Sobre su nuevo técnico, Pep Guardiola, destacó que "es uno de los mejores entrenadores de todos los tiempos", y aseguró que está "entusiasmado" por trabajar con él y que le ayude a "mejorar aún más" como jugador. Savinho afirmó que es "un brasileño al que le gusta jugar al ataque, ser feliz y jugar un fútbol alegre". "Mi característica principal es hacer que los espectadores se levanten."

Manchester, Inglaterra/Efe
@elgraficionado



EG/CORTESÍA

Saludo. El jugador será presentado a los aficionados el 4 de agosto en un evento en Manchester.

París, Francia/Efe
@elgraficionado

Estados Unidos y su equipazo

Estrellas como Simone Biles, LeBron James y Katie Ledecky buscarán destacar en los Juegos de París.

De Simone Biles a LeBron James pasando por Katie Ledecky y ShaCarri Richardson, Estados Unidos llega a París 2024 con todo su arsenal y glamur deportivo y con el objetivo de volver a ser el país con más medallas en los Juegos Olímpicos.

Desde Atlanta 1996, EE.UU. ha dominado el medallero olímpico en todos los Juegos en cuanto a número de oros con la única excepción de Pekín 2008, una cita en la que se impuso la anfitriona China.

La disputa en Tokio 2021 fue ajustada respecto a los oros con 39 para EE.UU. y 38 para China.

Pero en el total de metales dominó con claridad la delegación de barras y estrellas con 113 (39 oros, 41 platas y 33 bronces) ante los 89 del combinado chino (38 oros, 32 platas y 19 bronces).

Con la aspiración de volver a reinar en el medallero y con los Juegos Olímpicos de Los Ángeles 2028 ya en el horizonte, EE.UU. cuenta con un sinfín de estrellas para París 2024 empezando por la gimnasta Simone Biles, con siete medallas ya en su impresionante currículum y que regresa a los Juegos tras retirarse de Tokio 2020 por problemas de salud mental.

En baloncesto, EE.UU. ha llamado a todos sus superhéroes al estilo Avengers de Marvel y en competición masculina ha unido a los tres mejores jugadores de una generación magnífica que ya va dando sus últimos pasos en las pistas: LeBron James, Kevin Durant y Stephen Curry.

No estarán ni mucho menos solos puesto que el Team USA, con Steve Kerr a los mandos desde el banquillo, también contará con otros jugadores del máximo nivel de la NBA como Jayson Tatum, Anthony Edwards, Anthony Davis o Joel Embiid.

Aún más dominante si cabe es la selección femenina de baloncesto, que ha ganado todas las medallas de oros en Juegos Olímpicos desde 1996 y que también presentará un equipo repleto de estrellas.

39

MEDALLAS DE ORO GANÓ ESTADOS UNIDOS en los Juegos Olímpicos de 2021 en Tokio, y fue líder del medallero.


EG/ARCHIVO

El equipo de Estados Unidos quiere dominar de nuevo la tabla de medallas en los Juegos Olímpicos.



EG/AP

Westbrook quiere llegar a un equipo que tenga la opción de ganar un campeonato de la NBA.

NBA

Westbrook cambia de aires

Uno de los mejores jugadores de la última década en la NBA acabó su ciclo en los Clippers y podría unirse a los Nuggets.

Russell Westbrook dejará Los Ángeles Clippers camino de los Denver Nuggets, en una operación que también involucra a los Utah Jazz, informó este jueves la cadena ESPN.

Adrian Wojnarowski, uno de los periodistas con mejores fuentes dentro de la NBA, detalló en ESPN que Westbrook llegará a los Jazz a cambio de Kris Dunn, un intercambio que deja dinero para los Clippers.

Utah no será el destino final de Westbrook ya que se espera que rescinda su contrato para que posteriormente pueda fichar por los Nuggets.

MVP de la NBA en 2017, el rendimiento de Westbrook ha bajado notablemente desde su fracasado desembarco en Los Angeles Lakers en 2021.

Posteriormente, probó fortuna con sus vecinos angelinos, los Clippers, pero el curso pasado firmó los promedios más bajos de su carrera.

Estados Unidos/Efe
@elgraficionado.com

KYRIE IRVING, A SU RECUPERACIÓN

Kyrie Irving fue operado de una fractura en la mano izquierda, informaron este martes los Dallas Mavericks. El equipo texano explicó en un comunicado que Irving se hizo esta lesión en este mes de julio mientras entrenaba.

STREAMING

NETFLIX

Drama
Temporadas:
3 (seis capitulos)
Idioma: inglés,
Japonés y español

NETFLIX

El Pantano 3

Estreno

Cadena de enigmas en Polonia

El Pantano es una serie que vive alrededor de un misterio que la policía aún no ha podido resolver.

En la trama de El pantano, los pequeños detalles cobran relevancia. Con el colapso de los diques, las aguas desbordadas arrasan una porción de la ciudad y el frondoso bosque de Gronty, revelando restos humanos en su vegetación, junto al cuerpo de un joven: aparentemente una víctima casual del desastre. ¿Será realmente así? Estos eventos aparentemente no relacionados revelan algo.

Recomendación

NETFLIX

Comedia
Duración: 94 minutos
Idioma: inglés, Japonés y español

NETFLIX

EL FÚTBOL O YO

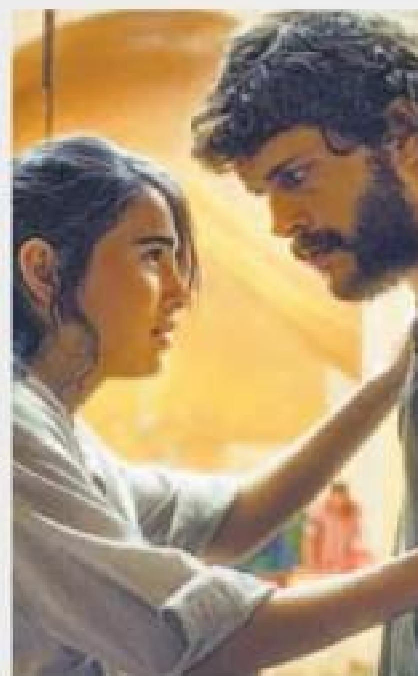
Pedro (Adrián Suar) tiene una pasión excesiva por el fútbol: su pasión por el fútbol es tan grande que lo despiden por ver un partido en horario laboral. Todo esto pondrá en peligro su extensa relación con Verónica (Julieta Díaz).



Películas

NETFLIX

NETFLIX
Drama
122 min.
Español



CENIZA

Gökçe enfrenta un dilema emocional cuando se involucra demasiado en la lectura de un manuscrito que la llevan a relacionarse de manera pasional y extramatrimonial con un hombre llamado Metin Ali. Esto, la coloca en situación complicada entre su amor prohibido.

Series

NETFLIX

NETFLIX
Drama
Temporada 2,
10 episodios



MACHOS ALFA 2

La serie se centra en cuatro hombres de 40 años (Fernando Gil, Raúl Tejón, Gorka Otxoa y Fele Martínez) que ven cómo sus privilegios por ser hombres van desapareciendo con cambios sociales, y se ven en la obligación de adaptarse a los nuevos tiempos.

NETFLIX

NETFLIX
Drama
125 min.
Español



PERDIDOS EN NOCHE

Emiliano busca al culpable de la desaparición de su madre, una activista que protestaba contra la industria minera. La investigación que él mismo establece lo conduce hasta la casa de verano de la rica y excéntrica familia Aldama que algo esconde.

NETFLIX

NETFLIX
Drama
140 minutos,
Español



LO QUE IGNORAMOS

La trama se enfoca en Vaishali Singh, interpretada por Pednekar, una reportera local en Bihar que desafía los límites para exponer los casos de abuso sexual en un albergue. Pednekar es conocida por seleccionar proyectos que aborden temas de relevancia social, pero este en específico la dejó bastante conmovida y decide hacer más.

TV + CINE

EL CLIMA DE HOY
TORMENTAS
MÁXIMA 30
MÍNIMA 21

MAÑANA
PARCIALMENTE SOLEADO

PASADO MAÑANA
PARCIALMENTE SOLEADO

TV + Abierta



9:00 P. M.

EL GRÁFICO TV
El mejor análisis y debate deportivo con Cristian Villalta, Bruno Porzio, Rodrigo Arias, Marcelo Betancourt y Diego López, de lunes a viernes, a las 9:00 p.m. por YouTube y Facebook.

CANAL DOS

6:00 AM	THE JETSON
7:00 AM	DRAGONS: EQUIPO DE RESCATE
7:30 AM	LAS EPICAS AVENTURAS DEL CAPITAN CALZONCILLOS
8:00 AM	EL SR. PEABODY Y SHERMAN
8:30 AM	TROLLS: NO PIERDAS EL RITMO
9:00 AM	OCEANOS SECRETOS
9:30 AM	PASO A PASO
10:00 AM	THE NANNY
10:30 AM	TRES POR TRES EL REGRESO
11:00 AM	ESCAPE PERFECTO
12:00 MD	PRENDI2
2:00 PM	CUENTAMELO YA AL FIN!
4:00 PM	RELAMPAGO NEGRO
5:00 PM	DIARIO DE VAMPIROS
6:00 PM	911 LONESTAR
7:00 PM	JUEGO DE VOCES
8:00 PM	MAGNUM P.I. / TEMPORADA V
9:00 PM	FBI LOS MÁS BUSCADOS / - TEMPORADA III FINAL DE TEMPORADA
10:00 PM	QUANTICO / - TEMPORADA II
11:00 PM	PREMIER MUNDIAL: CONSTANTINE

CANAL CUATRO

6:00 AM	NOTICIERO UNIVISIÓN
7:00 AM	PRIMER IMPACTO
8:00 AM	EL CHAVO ANIMADO EL CHAPULIN ANIMADO
10:00 AM	CERO EN CONDUCTA
10:15 AM	ROOCKIES CUP MOTO GP GRAN PREMIO DE ASSEN / CARRERA 2
11:00 AM	SORTEO DE LOTO
11:03 AM	CAMPEONATO MUNDIAL DE MOTO E GRAN PREMIO DE ASSEN / CARRERA 2
11:30 AM	BÉISBOL DE GRANDES LIGAS EN VIVO NEW YORK YANKEES VS. TAMPA BAY RAYS
2:30 PM	COPA AMÉRICA ESTADOS UNIDOS' 2024 REPETICIÓN PARTIDO FINAL ARGENTINA VS. COLOMBIA
5:30 PM	CICLISMO TOUR DE FRANCIA RESÚMEN ETAPA # 21
6:00 PM	TIEMPO EXTRA EN VIVO
7:00 PM	GOLES EN CONTRA / INICIO
8:00 PM	SHARK TANK MÉXICO - TERMPORADA VI INICIO
9:00 PM	SORTEO DE LOTO
9:03 PM	DE NOCHE YA SE ARMO
10:00 PM	CONTACTO DEPORTIVO
11:00 PM	TIEMPO EXTRA REPRISSE

CANAL SEIS

6:00 AM	LAS AVENTURAS DEL GATO CON BOTAS
6:30 AM	UN JEFE EN PAÑALES: DE VUELTA A LOS NEGOCIOS
7:00 AM	TIEMPO DEL ESPIRITU
7:30 AM	LUMEN 2000
8:00 AM	SANTA MISA DOMINICAL
9:00 AM	PANTALLA FAMILIAR I: RANGO CARICATURAS
11:00 AM	PANTALLA FAMILIAR II: EL SABOR DEL VERANO
1:00 PM	ÉXITOS DEL DOMINGO I: LA LEYENDA DE TARZAN
3:00 PM	ÉXITOS DEL DOMINGO II: HITCH ESPECIALISTA EN SEDUCCION
5:00 PM	PANTALLA DE ORO: ROMEO Y JULIETA
7:00 PM	EL NOTICIERO FIN DE SEMANA (EN VIVO)
7:30 PM	NOTICIERO UNIVISIÓN
8:00 PM	SAGA BOURNE: BOURNE EL ULTIMATUM
10:00 PM	CINEMANÍA II: INHALA
12:00 MN	CLUB NOCTURNO II: SERENA

AGAPE TV

5:30 AM	HIMNO NACIONAL
5:59 AM	IDENTIFICACIÓN DEL MES
6:00 AM	EL ANGELUS
6:02 AM	LA TIERRA DE LA ESPERANZA LUMEN 2000
6:30 AM	REFLEXIONES
7:00 AM	DIOS EN TU FAMILIA
7:30 AM	TIEMPO DE GRACIA
8:00 AM	PRÉDICA HNO. SALVADOR GÓMEZ
9:00 AM	SANTA MISA DOMINICAL
10:30 AM	CAMINO A EMAÚS
11:00 AM	LLAMADOS
12:00 MD	SANTA MISA
12:30 PM	CATÓLICO DEL NUEVO MILENIO ®
1:30 PM	CINE EN CASA
3:00 PM	LLAMADOS ®
4:00 PM	PARA DONDE VAMOS ®
5:00 PM	ADORACION EUCARISTICA ®
6:00 PM	EL ANGELUS
6:02 PM	SANTA MISA DOMINICAL®
7:30 PM	CAMINO A EMAÚS
8:00 PM	PRÉDICA HNO. SALVADOR GÓMEZ
9:00 PM	CINE EN CASA
11:00 PM	SANTA MISA
11:30 PM	SANTO ROSARIO
11:59 PM	EL ANGELUS

CANAL DIEZ

6:30 AM	TURISMO INTEROCEÁNICO
7:00 AM	LA CASA DE LULA
7:16 AM	LOLALÁ, VAMOS A JUGAR
7:22 AM	LISTOS A JUGAR
7:34 AM	TÚ DECIDES
7:37 AM	LAS GRANDES AVENTURAS DE BETO Y ENRIQUE
7:42 AM	PEQUEÑAS AVENTURERAS
7:48 AM	SÚPER ARCHIBALDO 2.0
7:54 AM	MOUNSTROS EN RED
8:06 AM	PRODUCCIONES MIGAJAS
8:12 AM	ABBY Y LA ESCUELA MÁGICA
8:22 AM	PORORO
8:30 AM	LA HORA DEL NIÑO
9:00 AM	COPA FÚTBOL PLAYA
2:00 PM	TRABAJOS CON HISTORIA
2:30 PM	MAESTROS OLVIDADOS
3:00 PM	DOCUMENTAL
5:00 PM	INCLUIDOS
5:30 PM	AUTOSUSTENTABLES
6:00 PM	¿¡QUÉ INVENTA?!
6:30 PM	MUJERES DE OVEROL
7:00 PM	NOTICIERO EL SALVADOR (EN VIVO)
7:30 PM	LOS RESTAURADORES
8:00 PM	LOCOS POR LOS AUTOS
8:30 PM	CINE LIBERTAD
10:30 PM	HÉROES ANÓNIMOS
11:00 PM	NOTICIERO EL SALVADOR (RETRANSMISIÓN)

CANAL 35 - 5 (EN CABLE)

12:00 AM	THE BOLD TYPE - TEMPORADA III - MARATÓN
2:00 AM	YOUNG SHELDON - MARATÓN
3:30 AM	FRIENDS - MARATÓN
6:00 AM	MODERN FAMILY - MARATÓN
9:30 PM	BÉISBOL DE GRANDES LIGAS EN VIVO BALTIMORE ORIOLES VS. NEW YORK YANKEES
12:30 PM	YOUNG SHELDON - MARATÓN
1:30 PM	LOS SIMPSONS - MARATÓN
4:00 PM	CHICAGO PD - AÑO IX - MARATÓN
9:00 PM	ENTRE SOMBRAS - MARATÓN

5 IMPERDIBLES



ESPN 2 5:00 P. M.

RED SOX-DODGERS

En plena temporada regular de las Grandes Ligas de beisbol, los Red Sox van ante Dodgers.

ESPN 9:00 P.M.

FÚTBOL PICANTE

No te pierdas el mejor debate y los mejores análisis de lo que pasa en el torneo mexicano de Apertura. (espn

ESPN 2 8:00 P.M.

SPORTSCENTER

No te pierdas el resumen de la acción de los atletas más destacados del fin de semana. Hay ciclismo y beis.

ESPN 9:00 A.M.

FINAL HAMBURGO

No te pierdas la final del torneo ATP 500 de Hamburgo, Alemania que llega hoy a su esperado desenlace.



ESPN 2:00 P. M.

TREN A PARÍS

La gimnasta estadounidense Simone Biles se retiró de Tokio 2021 por su salud mental, en París ella regresa.

CINE +CARTELERA



CINE CINEMARK METROCENTRO

LA MALDICIÓN DE LA BELLA DURMIENTE (C)
7:40 PM

BLUE LOCK (AA)
1:50, 4:00 PM

TORNADOS (B)
11:20 AM, 12:25, 3:05, 4:05, 6:40 PM

INTENSAMENTE 2 (A)
11:50 AM, 12:40, 2:05, 3:00, 4:20, 5:20, 6:35, 8:50 PM

MI VILLANO FAVORITO 4 (A) 3D
1:25 PM

UN LUGAR EN SILENCIO: DIA UNO (B)
5:50, 8:10 PM

MI VILLANO FAVORITO 4 (A)
10:50, 11:15, 11:40 AM, 12:15, 1:00, 1:55, 2:25, 3:10, 3:35, 4:35, 5:20, 5:45, 6:10, 6:45, 7:30, 8:00, 8:55 PM

CINE CINÉPOLIS GALERÍAS

BLUE LOCK (B)
10:45 AM, 1:05, 3:30, 5:45, 8:00 PM

INTENSAMENTE 2 (A)
11:15 AM, 12:25, 1:35, 2:45, 3:55, 5:05, 6:15, 8:35 PM

LA MALDICIÓN DE LA BELLA DURMIENTE (C)
6:00, 8:20 PM

LA OTRA CARA DE LA LUNA (AA)
8:55 PM

MI VILLANO FAVORITO 4 (A)
11:00, 11:35 AM, 12:10, 12:45, 1:20, 1:55, 2:30, 3:05, 3:40, 4:15, 4:50, 5:25, 6:35, 7:10, 7:45, 9:30, 10:05 PM

TORNADOS (B)
12:30, 3:20, 6:10, 9:00 PM

UN LUGAR EN SILENCIO: DÍA UNO (B)
10:15 PM

CINE MULTICINEMA PLAZA MUNDO

MI VILLANO FAVORITO 4 (A)
10:30, 11:30 AM, 12:45, 1:30, 2:00, 3:30, 5:00, 5:30, 7:30 PM

TORNADOS (B)
10:30 AM, 2:45, 5:30, 7:30 PM

HERENCIA SINIESTRA (C)
10:00 M, 3:30, 7:30 PM

LA MALDICIÓN DE LA BELLA DURMIENTE (C)
10:15 AM, 1:45, 5:15 PM

INTENSAMENTE 2 (A)
10:00, 11:00, 11:45 AM, 12:45, 1:30, 2:30, 3:15, 4:15, 5:00, 6:00, 7:00 PM

BLUE LOCK (B)
12:15, 3:45, 7:30 PM



CLASIFICACIONES

TODO PÚBLICO **A**. MENORES DE 12 AÑOS ACOMPAÑADOS DE UN ADULTO **AA**. MAYORES DE 12 AÑOS **B**. MAYORES DE 15 AÑOS **C**. MAYORES DE 18 AÑOS **D**.